٥٦٩

جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية
مركز الدراسات والبحوث

سلوك التنمر عند الأطفال والمراهقين

(مفهومه . أسبابه . علاجه)



د. علي موسى الصبحيين
د. محمد فرحان القضاة

الرياض
١٤٣٤هـ - ٢٠١٣م

جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية
سلوك التنمر عند الأطفال والمراهقين
د. علي موسى الصبحيين د. محمد فرحان القضاة
الرياض ١٤٣٤هـ - ٢٠١٣م

Naif Arab University for Security Sciences
Studies and Research Center



Bullying behavior
in children and adolescents
(Concept treatable causes)

Dr.Ali Musa Asubhean
Dr.Mohammed Farhan Al-qodhah

الإخراج الفني والطباعة مطابع جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية
الرياض هاتف: ٢٤٦٠٤٥٠

ردمك: ٩٧٨-٦٠٣-٨١١٦-٢٤-١

جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية

Naif Arab University For Security Sciences

سلوك التنمر عند الأطفال والمراهقين
(مفهومه ـ أسبابه ـ علاجه)

د.علي موسى الصبحيين

د. محمد فرحان القضاة

الرياض

الطبعة الأولى

١٤٣٤هـ ـ ٢٠١٣م

المملكة العربية السعودية. ص . ب ٦٨٣٠ الرياض : ١١٤٥٢
هاتف ٢٤٦٣٤٤٤ (١ـ ٩٦٦ـ) فاكس ٢٤٦٤٧١٣ (١ـ ٩٦٦ـ)
البريد الإلكتروني : Src@nauss.edu.sa

ISBN 1 - 24 - 8116- 603- 978

P.O.Box: 6830 Riyadh 11452 Tel. (+1 966) 2463444 KSA

Fax (966 + 1) 2464713 E-mail Src@nauss.edu.sa

ح (١٤٣٤هـ) جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

الصبحيين، علي موسى

سـلوك التنمر عند الأطفال والمراهقين/ علي مسوى الصبحيين ومحمد فرحان القضاة، الريـاض ١٤٣٤هـ

٢٣٢ ص ، ١٧ × ٢٤ سم

ردمك: ١ ـ ٢٤ ـ ٨١١٦ ـ ٦٠٣ ـ ٩٧٨

١ ـ العنف ٢ ـ العنف (علم النفس) ٣ ـ العدوانية (علم النفس)

أ ـ القضاة، محمد فرحان (مؤلف مشارك) ب ـ العنوان

ديوي ٣٠١,٦٣٣ ١٤٣٤ / ٢٧١٢

رقم الايداع: ٢٧١٢ / ١٤٣٤

ردمك: ١ ـ ٢٤ ـ ٨١١٦ ـ ٦٠٣ ـ ٩٧٨

بسم الله الرحمن الرحيم

كافة الأفكار الواردة في هذا الكتاب تعبر عن رأي صاحبها، ولا تعبر بالضرورة عن وجهة نظر الجامعة

المحتويـــــــات

المقدمـــة

لم يعد الاهتمام بالمشـكلات الطلابية ترفـاً تربويا ،إنما هناك حاجة ملحة وماسـة لدراسـة المشـكلات الطلابيـة والتكيـف النفـسي والاجتماعي لدى الطلبة ،وبشكل خاص في مرحلتي الطفولة والمراهقة .فالأوضاع الاقتصادية والاجتماعية والتربويـة والتكنولوجية المتغيرة، اضافة إلى الأحداث الأخرى المتسـارعة أدت إلى زيـادة صعوبة الحيـاة وتعقيداتها، وإلى ظهـور العديد من المشكلات على كافة الأصعدة ، ومنها المشكلات المتعلقة في سلوكات الطلبة غير المرغوبة، والتي تحدث عادة في غياب الرقابة المدرسية والأسرية.

ومن المشـاكل التي تحدث في الخفاء والتي تؤثر سلبا على أبنائنا الأطفال والمراهقين ما يسـمى بسـلوك التنمر (الاسـتقواء)، والذي يؤثر على الطالب نفسـه في جميـع المجـالات وعلى زملائه ومن ثـم على النظام المدرسي بشـكل عام، وقد أصبحت هذه الظاهرة أكثر شيوعا في ظل عصر العولمة، والانفجار المعـرفي وثـورة الاتصـالات والمعلومـات، الأمر الـذي يحتم علينـا مختصين وباحثـين، ومعلمين ومربـين وأولياء أمور أن نهتم بهـذه الظاهرة والتي رأى المؤلفان قلة معالجتها في كتابتنا العربية.

والتنمـر (الاسـتقواء) ظاهـرة موجهة من طفل إلى آخـر في مثل عمره أو أصغر منه قليلاً وفي هذه الحالة يصبح الخطر أكبر، والنتائج الحالية على الأطفال الضحايا والمستقوين ذات أثر بالغ حيث يعاني الضحايا من الانعزال الاجتماعي «الانسـحاب» والرفض والاضطهاد والمضايقة وعـدم الأهمية وكذلك الأداء الأكاديمـي المنخفـض وكذلك النتائج المسـتقبلية خطرها كبـير حيث يتحول بعـض الضحايا إلى مسـتقوين. وأما المسـتقوون فيطورون أنماطاً من السـلوك اللااجتماعي والإجرامي وتعاطي الكحول والمخدرات واستخدام السلاح.

وحظي الاستقواء في البلدان الغربية والمتقدمة بدراسات كثيرة تناولت كافة أشكاله وأنواعه والفئات المشاركة فيه جميعها والعوامل المؤثرة فيه واهتمت المدارس بالقوانين التي تمنع الاستقواء والاضطهاد والإذلال المقصود والمتكرر في المدرسة والمجتمع مثل: قانون المدارس الخالية من السلاح وقوانين فيدرالية أخرى في الولايات المتحدة. ولكون هذا السلوك يحدث في الخفاء وبعيداً عن أعين الكبار والعاملين في المدرسة فإن هناك حاجة للبحث ودراسة هذا السلوك في مدارسنا. من هنا جاء هذا الكتاب كمحاولة واجتهاد من كلا المؤلفين لسد العجز والنقص في المكتبة العربية، ليكون دليلا للاختصاصيين النفسيين والمرشدين التربويين ، ومديري المدارس، والمربين، والباحثين والطلاب المهتمين في هذا المجال،وقد تضمن هذا الكتاب عرضا مفصلا للظاهرة ومدى انتشارها، ومحاولة التعرف على أسبابها من خلال وجهة نظر مدارس علم النفس المختلفة، والتعرف على بعض أدوات سلوك التنمر، وعرضا للدراسات الأجنبية والعربية حول سلوك التنمر، وأخيرا قدم المؤلفان برنامجا مقترحا للتعامل مع هذا السلوك في البيئة المدرسية. وبالتحديد يتناول هذا الكتاب الفصول الخمسة التالية:

الفصل الأول: مقدمة في سلوك التنمر.

الفصل الثاني: المشاركون في سلوك التنمر.

الفصل الثالث:أسباب سلوك التنمر عند الأطفال والمراهقين.

الفصل الرابع: دراسات حول سلوك التنمر عند الأطفال والمراهقين.

الفصل الخامس: البرامج العلاجية والإرشادية للتعامل مع سلوك التنمر ، واختتم الكتاب ببرنامج مقترح للتعامل مع سلوك التنمر.

الفصل الأول
مقدمة في سلوك التنمر

١ . مقدمة في سلوك التنمر

تمهيد

التنمر (Bullying) ظاهرة قديمة موجودة في جميع المجتمعات منذ زمن بعيد، وهي موجودة في المجتمعات المتقدمة (الصناعية) وكذلك المجتمعات النامية، ويبدأ سلوك الاستقواء في عمر مبكر من الطفولة حتى أن بعضهم يراه يبدأ في عمر السنتين حيث يبدأ الطفل بتشكيل مفهوم أولي للاستقواء. ويبدأ تدريجياً ويستمر حتى يصل إلى الذروة في المرحلة الأساسية المتوسطة (الرابع، والخامس، والسادس)، ثم يستمر في المرحلة الأساسية العليا، ثم يبدأ بالهبوط في المرحلة الثانوية، وقلما يكون في المرحلة الجامعية. وباستثناء حالات السخرية فلا يسمع عن حوادث استقواء في الجامعات والكليات، بالرغم من أننا نسمع عن حالات استقواء بين الأزواج حيث يستقوي الزوج على زوجته، أو تستقوي الزوجة على زوجها، كما أن بعض بيئات العمل قد يتوفر فيها بعض أشكال الاستقواء.(Dickerson, 2005).

والاستقواء هو سلوك مكتسب من البيئة التي يوجد فيها الشخص، وهو سلوك خطر على جميع الأطراف المشاركين فيه،وفيه يمارس طرف قوي الأذى النفسي والجسدي والجنسي تجاه فرد أضعف منه في القدرات الجسمية أو العقلية. وانه من المهم أن نزيل الفكرة غير العقلانية لدى الكثير من الناس التي ترى في الاستقواء سلوكاً طبيعياً بين الأطفال، وينتهي تلقائياً دون تدخل من أحد، بل إن المستقوين (Bullies) والضحايا (Victims) والمتفرجين (Bystanders) يعانون من مشكلات وصعوبات نفسية وجسمية تؤثر على حياتهم ونموهم، وإن التدخل المبكر، وإثارة الوعي ضروريان ومهمان من

أجل وقف الاستقواء، وإن الحاجة ماسة لنعلّم الطلبة والمشاركين جميعاً طرقاً مناسبة في العلاقات مع الآخرين (Beane, 1999).

١ . ١ مفهوم سلوك التنمر

هـو إيقـاع الأذى على فرد أو أكثـر بدنياً أو نفسـياً أو عاطفيـاً أو لفظياً، ويتضمـن كذلك التهديد بالأذى البدني أو الجسـمي بالسـلاح والابتزاز، أو مخالفـة الحقـوق المدنية، أو الاعتـداء والضرب، أو العمـل ضمن عصابات، ومحـاولات القتـل أو التهديد، كـما يضاف إلى ذلك التحـرش الجنسي (Sol-berg & Olweus, 2003). ويرى كل من جوفانن وجراهام وشيستر (Ju-vonen, Graham, and Shuster, 2003) إن الاسـتقواء هو ذلك السلوك الـذي يحصل من عدم التوازن بين فردين الأول يسـمى المسـتقوي (Bully) والآخر يسـمى الضحية (Victim) وهو يتضمن الإيذاء الجسـمي والإيذاء اللفظـي، والإذلال بشـكل عـام، ومن ذلك دعـوة الطفل باسـم لا يحبه، أو لقـب، أو العمل على نشر إشـاعات عنه، أو إطـلاق النار عليه، أو رفضه من قبل الآخرين.

ويـرى ريجبـي (Rigby, 2002) أنـه عندمـا يتعـرض طفـل إلى فعل أو عمـل ضار من طفل أكبر، وباسـتمرار، وعندما لا يكون هنـاك توازن بينهما في القوة نكون أمام حالة اسـتقواء. أما جلـبرت (Gilbert, 1999) فترى أن الباحثـين يختلفـون في تعريف الاسـتقواء، ولكن الغالبية منهـم يصفونه على أنـه أذىً جسـمي أو لفظي يقوم به المسـتقوي تجاه شـخص مـا أضعف منه، أو أصغر منه، أو أقل شـعبية، أو أقل شـعوراً بالأمن، من خلال الضرب أو التعنيف أو الطلب منه القيام بأعمال رغم إرادته، أو رفض الشخص وإبعاده عـن المجموعـة. وفي ولاية فلوريدا (١٩٩٧) يرى قسـم الأمـن المدرسي أن

الاستقواء هو شكل من أشكال العدوان الذي يقوم به شخص أو عدة أشخاص بمضايقة آخر مراراً وتكراراً في الجانب الجسدي أو النفسي. (فرنافا، ٢٠٠٤).

ويؤكد كل من ووك، وودز وستانفرد وسجلز (Wolke, Sarah, Stanford, and Schulz, 2002) أن الاستقواء هو تعرض فرد ما بشكل متكرر إلى سلوك سلبي من طرف أو أكثر، حيث يكون هذا السلوك متعمداً، ويسبب الألم للضحية في المجال الجسمي أو اللفظي أو العاطفي أو النفسي، وهو يختلف عن السلوك العرضي أو العدواني، حيث لا يعدان استقواءً. ولكي يكون السلوك استقواء يجب أن يكون حقيقياً، ولا يكون فيه توازن بين المستقوي والمستقوى عليه، ولهذا لا يعد الصراع بين اثنين لديهما نفس القدرات الجسمية والعقلية استقواء.

وأشار سارزن (Sarzen, 2002) إلى أن الاستقواء يتراوح بين كونه إثارة مؤذية إلى سرقة مال، أو طعام، وأنه مشابه لأشكال العدوان، ولكنه يختلف في أنه سلوك هادف أكثر من كونه عرضياً (حيث النية فيه واضحة)، ويهدف إلى السيطرة على الآخر من خلال الألفاظ، أو الاعتداء الجسمي، كما أن المستقوين يضعون هجومهم دون سبب حقيقي باستثناء رؤيتهم للضحية على أنه هدف سهل، وهو محاولة للسيطرة والشعور بالقوة وهو سلوك متعلم.

أما أوليز (Olweus, 1993) فهو من أوائل من درسوا الاستقواء عام ١٩٧٨ في النرويج، ويرى أن الاستقواء هو عندما يتعرض طفل أو فرد ما بشكل مستمر، وفي معظم الأوقات إلى سلوك سلبي يسبب الألم للضحية، ومن الممكن أن يكون جسدياً أو لفظياً أو عاطفياً أو نفسياً، وهو شكل من أشكال العدوان.

والاستقواء هو فعل سلبي تجاه طفل أو أكثر بشكل مقصود، من أجل الضرر به والإساءة إليه، حيث لا يكون هناك توازن بينهما.(Kristensen and Smith, 2003).

وهو اضطراب غير اجتماعي في سلوك الفرد Conduct Disorder، يوصف بأنه مزيج من السلوك العدواني ،وغير الاجتماعي يتصف بالديمومة والاستمرارية ولا يتضمن فقط سلوك التحدي أو المعارضة، وينتشر هذا السلوك غير السوي في علاقات الطفل مع الأطفال الآخرين ، وعادةً ماينتشر عبر البيئة المدرسية أكثر منه في البيت . (long,1997).

من خلال التعاريف السابقة للاستقواء نرى أنه سلوك مقصود لإلحاق الأذى الجسمي أو اللفظي أو النفسي أو الجنسي ويحصل من طرف قوي مسيطر تجاه فرد ضعيف، لا يتوقع أن يرد الاعتداء عن نفسه، ولا يبادل القوة بالقوة، وكذلك لا يبلغ عن حادثة الاستقواء للراشدين من حوله، وهذا هو سرّ الاستقواء على الضحية.

١ . ٢ أشكال التنمر

هناك عدة أشكال للاستقواء يمكن عرضها كما يلي:

١ـ الاستقواء الجسمي: كالضرب أو الصفع، أو القرص، أو الرفس أو الإيقاع أرضاً، أو السحب، أو إجباره على فعل شيء.

٢ ـ الاستقواء اللفظي:السب والشتم واللعن، أو الإثارة، أو التهديد، أو التعنيف، أو الإشاعات الكاذبة، أو إعطاء ألقاب ومسميات للفرد، أو إعطاء تسمية عرقية.

٣ ـ الاستقواء الجنسي: استخدام أسماء جنسية وينادى بها، أو كلمات قذرة، أو لمس، أو تهديد بالممارسة.

٤ ـ الاستقواء العاطفي والنفسي: المضايقة والتهديد والتخويف والإذلال والرفض من الجماعة.

٥ ـ الاستقواء في العلاقات الاجتماعية :منع بعض الأفراد من ممارسة بعض الانشطة بإقصائهم أو رفض صداقتهم أو نشر شائعات عن آخرين .

٦ ـ الاستقواء على الممتلكات: أخذ اشياء الآخرين والتصرف فيها عنهم أو عدم ارجاعها أو اتلافها .وهنا لابد من القول إن هذه الأشكال السابقة قد ترتبط معاً فقد يرتبط الشكل اللفظي مع الجسدي أو الجسدي مع الاجتماعي أو غيرها. (فيلد ،٢٠٠٤) (Wolke,etal,2002).

كما يمكن أن يكون الاستقواء اليوم أكثر تطوراً من خلال الوسائل الحديثة كالانترنت مثل: إرسال رسائل عن طريق البريد الالكتروني،أو الهاتف الخلوي، أونشر إشاعات على صفحات الإنترنت،وهذا يعطي مساحة إضافية للاستقواء (Dickerson, 2005).

من هنا نلاحظ أن للاستقواء أشكالاً كثيرة، ويعتمد على البيئة التي يحدث فيها السلوك، فبعض أشكال الاستقواء تحدث في المدرسة School Bullying أو في مراكز الإصلاح، وبعضها يحدث في بيئة العمل Workplace Bullying، كما أن بعض أشكاله لا تحتاج إلى التكرار لكي تكون استقواء خاصة الاستقواء الجنسي. هذا وتختلف كلمة استقواء من بلد إلى آخر، حيث تلعب الفروق الثقافية دوراً مهماً في تعريف المفهوم وأشكاله والنظر إليه،

كما أن نظام المدارس مختلف وكذلك دخول الطلبة الصف الأول، وكذلك أن أدوات قياس وتقدير الاستقواء مختلفة فهي تارة ترشيحات الأقران، أو تقارير المعلمين وملاحظاتهم أو الاستبيانات،أو التقارير الذاتية. كما تختلف النظرة للفترة التي يتعرض فيها الطفل للاستقواء هل هي آخر شهرين أو آخر شهر وكم مرة في الأسبوع وهكذا. (Wolke et al., 2002).

١ . ٣ حجم ظاهرة التنمر

أصبحت ظاهرة الاستقواء في تزايد مستمر رغم التوعية لمخاطر هذه الظاهرة والتصدي لوقفها على مستويات المدرسة والبيئة المحلية والمجتمع بشكل عام.فهناك طالب من كل سبعة طلاب هو مستقوٍ أو ضحية، ويؤثر الاستقواء على خمسة ملايين طالب في المرحلة الأساسيةَ والمتوسطة في الولايات المتحدة، ويتعرض مانسبته (١٠٪ ـ ١٥٪) من جميع الأطفال في العالم للاستقواء، أوأنهم رأوا أفراداً يتعرضون للاستقواء في المجالات المختلفة (الجسمية، أو اللفظية أو النفسية أو الجنسية) وأن (٢٥٪) من الأطفال اعترفوا بأنهم ضحايا للاستقواء (Stewin & Mah ,2001)، وفي استراليا تعرض(٥٠٪) من الأطفال الذكور الذين تتراوح أعمارهم ما بين (١١ ـ ١٥) سنة للاستقواء. (Wolke et al., 2002).

ويقدر الخبراء بأن هناك نحو (٣,٧) ملايين طفل في الولايات المتحدة يتعرضون للاستقواء عليهم في المدارس الأساسية الدنيا أو المتوسطة، وإن نحو (٢٠٪) يتعرضون لمعاناة طويلة المدى من التأثيرات النفسية والسيكوسوماتية والأفكار الانتحارية جراء الاستقواء عليهم (Klipatrick & Kerrs, 2003; Beane ,1999).

إن ٣٠٪ من الطلبة في سن الدراسة في أمريكا مشاركون في الاستقواء: إما مستقوون أو ضحايا أو متفرجون وكما أن الاستقواء لا ينحصر في دين أو ثقافة أو مجموعة عرقية معينة بل هو موجود في كل الأقطار المتقدمة والنامية على حد سواء.فهو في اليابان مثلاً (١٥ ٪)، وفي استراليا وإسبانيا (١٧٪)، و(١٠٪) في الدول الاسكندنافية، و(٢٠٪) في إنجلترا وكندا بين طلبة المرحلة الأساسية(فرنافا، ٢٠٠٤).

ويتميز الاستقواء عن العدوان بصفات منها: أنه سلوك موجع ومتكرر والضحايا لا أحد يدافع عنهم. ومن الصعب على المستقوين أن يتعلموا مهارات وسلوكيات اجتماعية جديدة لوحدهم والمستقوون والضحايا في مواقف غير متوازنة (Wolke, et al., 2002). والاستقواء يختلف عن النزاع أو العدوان في أنه في الاستقواء هناك مشاعر مؤلمة لشخص (الضحية) ومريحة للآخر (المستقوي).والقوة متساوية في النزاع أوالعدوان أو قريبة من ذلك، لكنها في الاستقواء غير متوازنة فهي بين طرف قوي وآخر ضعيف ومن هنا تأتي الحاجة الماسة لتدخل الكبار. (Sarzen ,2002).

إن سلوك الاستقواء يختلف عن المضايقة العادية في بعض النقاط ولكي نميز بين المضايقة العادية وسلوك الاستقواء نسأل أنفسنا بعض الأسئلة منها:

أولاً: ماهي طبيعة هذا السلوك ؟وهل هو مناسب لعمر الطفل؟وماهو محتواه؟.

ثانياً: ما هو مستوى هذا السلوك؟ وماهي محدداته؟هل هو نفسي، لفظي، جسدي؟.

ثالثاً :في أي معدل يحصل ويحدث هذا السلوك ؟هل يحصل باستمرار ؟هل هناك أوقات يحدث فيها ؟.

رابعـاً: كيف يسـتجيب الأفراد المسـتهدفون لهذا السـلوك ؟هـل يردون على السـلوك ؟ونؤكـد في النهايـة أنه إذا كان السـلوك غير مناسـب لعمر الطفل، وسـلبياً ، وبشـكل مسـتمر ومتكرر،وجاد فإن ذلك يسـمى اسـتقواء أكثر منـه مضايقـة عاديـة، وإن لـه تأثـيرات قصـيرة المـدى مثل عدم السـعادة ،والإحسـاس بـالألم ،والارتبـاك ،والقلق، وعدم الأمان،ونقـص التركيـز .وكذلك تأثـيرات طويلة المدى لهـا أثر على الشخصية ،وتدني تقدير الذات .

وكان اوليز (Olweus, 1991) من أوائل الذين درسوا الاستقواء وأجرى العديـد مـن الأبحاث على الأطفـال في المراحل الأساسـية في النرويج،وأعد اسـتبانة لقياس وتقدير سـلوك الاسـتقواء المدرسي. وأشـارت نتائج بحوثه إلى أن الذكور هم أكثر مشـاركة في الاسـتقواء من الإناث، وأن ٦٠ بالمئه من الإناث يكن ضحايا للاستقواء مابين الصف الخامس وحتى الصف السابع، وأن من ١٥ ـ ٢٠ بالمئة يسـتقوى عليهن من الذكور والإناث معاً، وأن نسـبة أكثـر من ٨٠ بالمئة من الضحايا الذكور يسـتقوى عليهـم من الذكور، ويرى أن الذكـور أكثر اسـتقواء من الإناث من ٣ ـ ٤ مرات في الاسـتقواء المباشر، (الاستقواء الجسمي). وبالمقابل تستخدم الإناث المستقويات الاستقواء غير المباشر مثل التجاهل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية والاستثناء من المجموعة «الإقصاء»، والاسـتقواء اللفظي«توجية الشتائم والسـب». وأشار الباحث إلى أن أسـباب الاسـتقواء لدى كل من الذكور والإناث مختلفة، فالاسـتقواء لـدى الذكور هو على الأرجح جـزء من العلاقات الاجتماعية التي أساسـها القوة؛ أما عند الإناث فهو الانتساب للنشاطات.

١ . ٤ قياس سلوك التنمر

الاستقواء إيقاع الأذى الجسمي أو النفسي أو العاطفي أو المضايقة أو الإحراج أو السخرية من قبل طالب مستقو على طالب آخر أضعف منه، أو أصغر منه أو لأي سبب من الأسباب وبشكل متكرر، ويمكن قياس هذا السلوك من خلال الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس السلوك التنمري وتحتوي على المجالات الخمسة التالية: الاستقواء الجسمي واللفظي والجنسي والاستقواء على الممتلكات والاستقواء الاجتماعي.

الطلبة المتنمرون هم أولئك الطلبة الذين يعتدون على الآخرين بالضرب أو اللفظ أو المضايقة النفسية أو العاطفية بشكل متكرر دون حدوث توازن بينهم وبين الطلبة ضحاياهم في المجالات الجسمية والعقلية ويتم التعرف عليهم من خلال مقياس السلوك الاستقوائي المعد من قبل الصبحيين (٢٠٠٧) وكذلك تقديرات المعلمين، وملاحظات المرشد النفسي، والمقابلات للطلبة. ويمكن تعريف المستقوين إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الاستقواء المستخدم في ملاحظات المعلمين والمرشد النفسي.

ويمكن الكشف عن المتنمرين بشكل عام حسب وجهة نظر المؤلفين من خلال ما يلي:

أ ـ الاستناد الى ملاحظات المرشد النفسي في المدرسة .

ب ـ سجلات الارشاد التربوي / سجل المقابلات الفردية .

ج ـ الاستعانة بملاحظات مربي الصفوف.

د ـ تطبيق مقياس السلوك التنمري ، وفيما يلي عرض موجز لهذا المقياس من إعداد (الصبحيين، ٢٠٠٧):

بعد الاطلاع على عدد من المقاييس في الاستقواء مثل: كيبنك وسنكير (Kepenekci & Cinkir ,2006)، ووستيون وماه (Stewin&Mah,2001)، وبين(Beane، 1999) للسلوك الاستقوائي، ومقاييس أخرى مثل أوليز -Ol (weus ,1993)، ولورا وادوارد (Lura&Edward,2004). وجآنا وكورنيل وشيراز (Jaana,Cornell &Sheras,2006) ولورين (lorin,2004) و(فيلد ،٢٠٠٤).

قام الصبحيين(٢٠٠٧) ببناء مقياس لسلوك الاستقواء للطلبة في المرحلة الأساسية،مكون في صورته الأولية من ٤٨ فقرة موزعة على أشكال الاستقواء الخمسة التالية (اللفظي والجسمي والاجتماعي والجنسي والاستقواء على الممتلكات)

١ . ٥ صدق وثبات المقياس

١ . ٥ . ١ صدق المقياس

أولاً: صدق المحتوى

تم عرض المقياس على لجنة من المحكمين (١٠) من أساتذة الجامعات الأردنية الحكومية من ذوي تخصص الإرشاد النفسي والتربوي، وقد تم حذف وتعديل الفقرات التي رفضت من قبل ٧ من المحكمين من أصل ١٠ أعضاء هيئة تدريس واعد اتفاق ٧ محكمين هو المعيار لبقاء الفقرة أو حذفها ضمن المجال الذي تنتمي إليه. ويتكون المقياس من الأشكال التالية: (١)

الاستقواء اللفظي. (٢) الاستقواء الجسمي. (٣) الاستقواء الجنسي. (٤) الاستقواء الاجتماعي. (٥) الاستقواء على الممتلكات. وقد تكون المقياس في صورته الأولية من٤٨ فقرة . وتم حذف ٣ فقرات بناء على رأي المحكمين وأصبح المقياس في صورته النهائية مكوناً من ٤٥ فقرة .

ويتضمن المقياس خمسة أشكال هي :

الاستقواء في الشكل اللفظي: ويتضمن هذا الشكل ١٠ فقرات هي: قيام الفرد بتوجيه السبّ، والشتم، والصراخ على الآخرين، ونشر الشائعات، والسخرية، والكلام البذيء، والألقاب والأسماء التي ينادى بها على المسترشدين المستقوى عليهم، وهي الفقرات:٩ ،٧ ،٣ ،٢ ،٤٣ ،٤٠ ،٣١، ١٥، ٢٤، ١٠ ،.

الاستقواء في الشكل الجسمي: ويتضمن ١٠ فقرات هي الضرب، القرص، الشد من الشعر أو الأذن، العرقلة، الدفع، واستخدام أدوات حادة وهي الفقرات:٣٨ ،٣٣،٣٥ ،٢٦ ،٢٢ ،١٢ ،٥ ،٤ ،١ .

الاستقواء في الشكل الاجتماعي :ويتضمن ١٤ فقرة هي المضايقة، والإقصاء،والغيرة من نجاح الآخرين،وتشويه السمعة، والإذلال،والرغبة في السيطرة عليهم، ويتضمن الفقرات التالية:٤٢،٣٩ ،٣٦ ،٣٠ ،٣٢، ٢٩ ،٢٧ ،٢٣ ،٢١ ،١٩ ،١٧ ،١٣ ،١١ ،٦.

شكل الاستقواء على الممتلكات :ويتضمن ٦ فقرات هي أخذ ممتلكات المسترشدين بالقوة،وتخريبها وإتلافها، وسرقتها،وإنكار أخذها،ويتضمن الفقرات : ٤٥ ،٢٨ ،٢٥ ،١٨ ،١٤ ،٨ وهي.

الاستقواء في الشكل الجنسي: وهو ٦ فقرات هي إصدار ألقاب جنسية، اللمس بطريقة لا أخلاقية، التحرش الجنسي، والإجبار على الحديث في أمور جنسية، ويتضمن الفقرات التالية: ٤٤، ٤١، ٣٧، ٣٤، ٢٠، ١٦ .

ثانياً : صدق البناء:

تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (٣٠) طالباً وطالبةً من عينة الدراسة، وقد تم اعتبار ارتباط الفقرة بالعلامة الكلية وارتباط الفقرة بالبعد محكاً للصدق، والإبقاء على الفقرات التي ترتبط بالبعد والعلامة الكلية بمقدار ٢٥. فأعلى، وتبين أن الفقرات في المقياس جميعاً أوفت بهذا المعيار ولم تحذف ولا فقرة، وبذلك بقي المقياس في صورته النهائية ٤٥ فقرة موزعة في خمسة أشكال هي: الاستقواء في الشكل الجسمي واللفظي والاجتماعي والجنسي والاستقواء على الممتلكات .

وتمت الإجابة عن كل فقرة من فقرات المقياس حسب تدريج خماسي مكون من ٥ فئات هي (دائماً،وغالباً،وأحياناً،ونادراً،وأبداً) مثلت فيها الدرجة « دائماً» درجة مرتفعة جداً من الاستقواء، والدرجة «غالباً» درجة مرتفعة، في حين أن الدرجة «أحياناً» تمثل درجة معتدلة، وأما الدرجة «نادراً» فهي تمثل درجة قليلة جداً، وأما الدرجة أبداً فلا تمثل استخداماً للاستقواء.

كما تم حساب ارتباط الأبعاد بالعلامة الكلية للمقياس وقد كانت الارتباطات مرتفعة وذات دلالة إحصائية عند مستوى α= ٠,٠٥.

الجدول (١)

جدول يبين ارتباط الفقرات بالأداة ومجالاتها

المجال	رقم الفقرة	الجسمي	اللفظي	الاجتماعي	الممتلكات	الجنسية	الاستقواء
الجسمي	١	٠,٨٢					٠,٨٢
	٤	٠,٣٢					٠,٣٤
	٥	٠,٥٥					٠,٥٤
	١٢	٠,٨٠					٠,٧٤
	٢٢	٠,٩١					٠,٨١
	٢٦	٠,٨٦					٠,٧٥
	٣٣	٠,٧٢					٠,٧٨
	٣٥	٠,٨٣					٠,٧٦
	٣٨	٠,٨٥					٠,٧٥
اللفظي	٢		٠,٧٠				٠,٥٩
	٣		٠,٥٩				٠,٥٨
	٧		٠,٧٥				٠,٦١
	٩		٠,٨٠				٠,٦٦
	١٠		٠,٨٦				٠,٨٤
	١٥		٠,٧١				٠,٦٢
	٢٤		٠,٨٠				٠,٧٥
	٣١		٠,٦٢				٠,٧٤
	٤٠		٠,٨٥				٠,٨٥
	٤٣		٠,٨٢				٠,٧٩

الاجتماعي	٦			٠,٤٧			٠,٤٧
	١١			٠,٨٢			٠,٧٩
	١٣			٠,٤٤			٠,٣٥
	١٧			٠,٨٠			٠,٧٨
	١٩			٠,٧٥			٠,٧٧
	٢١			٠,٦٤			٠,٦٢
	٢٣			٠,٧٨			٠,٨٣
	٢٧			٠,٥٤			٠,٥١
	٢٩			٠,٤٧			٠,٤٢
	٣٠			٠,٨٦			٠,٨٢
	٣٢			٠,٧٤			٠,٧٠
	٣٦			٠,٧١			٠,٧١
	٣٩			٠,٦٢			٠,٦٤
	٤٢			٠,٧٣			٠,٧١
الممتلكات	٨				٠,٨٦		٠,٧٧
	١٤				٠,٨٥		٠,٧٨
	١٨				٠,٨٢		٠,٨٥
	٢٥				٠,٨٥		٠,٨٠
	٢٨				٠,٤٣		٠,٥٠
	٤٥				٠,٧٦		٠,٧٦
الجنسية	١٦					٠,٦٦	٠,٦٤
	٢٠					٠,٨٢	٠,٨١
	٣٤					٠,٨١	٠,٧٢
	٣٧					٠,٨١	٠,٨٣
	٤١					٠,٨٨	٠,٨٦
	٤٤					٠,٨٥	٠,٧٧

١ . ٥ . ٢ ثبات المقياس

للتأكد من ثبات المقياس قام الباحث باستخدام ثبات الاتساق الداخلي المحسوب باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، وطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Retest_Test) لقياس معامل ثبات الاستقرار من خلال تطبيق المقياس على عينة مكونة من ٣٠ طالباً من طلبة المرحلة الأساسية، وذلك كما في الجدول(٢).

الجدول (٢)

معامل الثبات بطريقة كرونباخ ألفا وطريقة الاستقرار

المجال	ثبات الاستقرار	ثبات الاتساق الداخلي	عدد الفقرات
الاستقواء الجسمي	٠,٦٤	٠,٩١	٩
الاستقواء اللفظي	٠,٦٥	٠,٩٣	١٠
الاستقواء الاجتماعي	٠,٧٤	٠,٩٣	١٤
الاستقواء على الممتلكات	٠,٦٧	٠,٨٦	٦
الاستقواء الجنسي	٠,٧٠	٠,٩١	٦
المقياس الكلي	٠,٧٦	٠,٩٩	٤٥

وفيما يلي عرض لمقياس سلوك التنمر في صورته النهائية:

عزيزي: الطالب/ الطالبة: هذه السلوكات موجهة إلى فرد أقل منك قدرةً جسميةً أو عقلية وغير مساوٍ لك في القوة.(أضعف منك).

الرقم	الفقـــرات	درجة التكرار				
		دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
١	أقوم بضرب الطلبة باليد أو القدم.					
٢	أشتم الطلبة بألفاظ بذيئة.					
٣	أقاطع الطلبة أثناء حديثهم.					
٤	لا أتحكم في أعصابي عند الغضب.					
٥	أقوم بقرص الطلبة وأسبب لهم الألم.					
٦	بعض الأشـخاص يسـتحقون ما أقوم بعمله معهم.					
٧	أصرخ عـلى الطلبـة بصـوت عـال لإفزاعهم.					
٨	أنكر وجود بعض الأشياء التي أحصل عليها من الطلبة.					
٩	أهدد الطلبة وأتوعدهم بالإيذاء.					
١٠	أنشر الشائعات عن الطلبة.					
١١	أضـع تعليـمات قاسـية تحـول دون مشاركة الطلبة في النشاطات.					
١٢	أشد الطلبة من آذانهم أو شعورهم.					
١٣	أشعر بالغيرة من نجاح الآخرين.					
١٤	أقـوم بتخريـب وإتـلاف ممتلـكات الطلبة.					
١٥	أسخر من الطلبة واستهزئ بهم.					
١٦	أقـوم بإصـدار ألقـاب جنسـية بذيئـة عليهم.					

الرقم	الفقـــرات	درجة التكرار				
		دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
١٧	أطـرد بعـض الأشـخاص بالقـوة مـن المجموعة التي أكون فيها.					
١٨	أسرق بعض الأشياء من الطلبة.					
١٩	اشوه صورتهم وسمعتهم.					
٢٠	المس الآخرين بطريقة غير اخلاقية.					
٢١	لا أصغي للطلبة أثناء حديثهم معي.					
٢٢	أدفـع الطالـب الـذي يجلـس في المقعد بجانبي.					
٢٣	أتعمد إذلال الطلبة.					
٢٤	أقـوم بإعطاء بعض الطلبـة ألقاباً مخزية لهم.					
٢٥	أقوم بأخذ ممتلكات الطلبة بالقوة.					
٢٦	أعرقل الطلبة بقدمي أثناء مرورهم من أمامي.					
٢٧	اتخذ قرارات نيابة عن الطلبة الضعفاء.					
٢٨	لا أعيـد الأشـياء التـي أسـتعيرها مـن الطلبة.					
٢٩	يدفعني الطلبة للسيطرة عليهم.					
٣٠	افتعـل أسـبابا للتشـاجر مـع الطلبـة الضعفاء.					
٣١	ألوم الطلبة على مشكلات لم يقترفوها.					
٣٢	يجب أن أفوز في كل الأنشطة المدرسية.					

الرقم	الفقـــرات	درجة التكرار				
		دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
٣٣	أجبر الطلبة على عمل أشياء لا يطيقونها.					
٣٤	ألقي على مسامع الطلبة قصصاً جنسية.					
٣٥	استخدام أدوات حادة للسيطرة على الطلبة.					
٣٦	يجب على كل طالب أن يخافني ويرهبني.					
٣٧	أجبر الطلبة على الحديث معي في أمور جنسية رغماً عنهم.					
٣٨	أقوم بإلقاء الطلبة أرضاً.					
٣٩	لا أجعل الطلبة يشعرون بالارتياح.					
٤٠	اتهم الطلبة بأعمال لم يقوموا بها.					
٤١	أفسر كلام الطلبة بتفسيرات جنسية.					
٤٢	أشعر بقوة شخصيتي من خلال السيطرة على الطلبة.					
٤٣	أشعل الفتن بين الطلبة عن طريق تشجيعهم على المشاجرات.					
٤٤	أتحرش جنسياً بالطلبة .					
٤٥	أحتاج لبعض الأشياء التي يمتلكها الطلبة أكثر منهم.					

١ . ٦ حقائق عن التنمر

ويورد بين (Beane,2005) مجموعة من الحقائق عن الاستقواء:

الحقيقة الأولى

إن الاستقواء أكثر من مجرد المضايقة والإزعاج: وهذا يعني أن الاستقواء فيه إيذاء بدني أو نفسي أو عاطفي أو تهديد أو ضرب، أو محاولة قتل وعصابات أو تحرش جنسي، وإن الشكل الأكثر شيوعاً للاستقواء عند الأولاد هو المضايقة ثم الإيذاء الجسدي، أما البنات فإن العلاقات الاجتماعية والنبذ للأخريات هي الشكل الأبرز، ويؤكد اولويز (Olweus,1993)على أن الاستقواء يختلف عن الصراع أو العدوان في عدم التوازن مابين الضحية والمستقوي.

الحقيقة الثانية

يمكن لأي شخص أن يصبح مستقوياً: وهذا يعني أن الاستقواء متعلم من البيئة الاجتماعية التي يعيش بها الفرد، ويتأثر بالأسرة ونمط التنشئة، والعلاقات فيها. والمستقوون بحاجة ماسة لأن يشعروا بأنهم أقوياء وقد تعزز لهم ذلك عن طريق الاستقواء على الآخرين الضعفاء. ويبدأ السلوك الاستقوائي في السنة الثانية من العمر وبازدياد العمر يصبح الاستقواء مشكلة خطيرة ويصبح التدخل أمراً صعباً، وإن (٢٥٪) من الأطفال المستقوين أظهروا بعد الثلاثين من العمر سلوكيات إجرامية ومخالفات للقانون أكثر من غيرهم من الأطفال.

ومن العوامل التي تسهم في سلوك الاستقواء قلة الإشراف في البيت والمدرسة وعدم دفاع الضحية عن نفسه، والتقليد والعقاب البدني للأطفال في البيت، عندها يتعلم الطفل سلوك الاستقواء خاصة إذا توفر له أقران يساعدونه على تعلم الاستقواء أو إجباره عليه وكذلك أفكار الطفل المستقوي عن العالم حوله وضرورة استخدام القوة فيه، إن فلسفة المستقوي ـ إن أفضل وسيلة للدفاع هي الهجوم ـ هي التي تدفعه كي يكون مستقوياً (Beane, 2005; Sazsen, 2002).

الحقيقة الثالثة

فهي أنه يمكن لأي شخص أن يصبح ضحية: حيث وجد أن الأطفال ذوي الصفات التالية هم أكثر عرضة ليكونوا ضحايا: الأطفال ذوو الحالات المرضية والإعاقات والأطفال ذوو الحماية الزائدة من أسرهم، وكذلك الأطفال المسيطر عليهم في البيت، وفي حالات الإذعان لطلبات المستقوين، وضعف مهاراتهم الاجتماعية، واستخدامهم الصراخ والبكاء، وعدم الدفاع عن أنفسهم وفي حالة عدم الانضمام إلى آخرين أو جماعات أخرى، وفي تدني استخدام المرح لديهم (بين،٢٠٠٥).

وتتفاوت قدرات الأطفال الضحايا (المستقوى عليهم)على الاستجابه فمنهم من يشعر بالخوف أوالوحدة ومنهم من يطور سلوكيات تجنبه للكثير من الأماكن التي يتوفر فيها المستقوون فقد لا يذهب لدورات المياه رغم حاجته إليها أو يتغيب عن بعض الحصص الأخيرة في البرنامج الدراسي.

ويرى الباحث من خلال خبرته كمرشد أن على الأهل ملاحظة التغيرات التي تحصل مع الطفل والانتباه إليها مثل الغياب غير المبرر وعدم الرغبة في الذهاب للمدرسة وتغيير الطريق للمدرسة وطلب مصروف

زيادة، والتمارض وتمزيق الملابس، والاعتداء على الآخرين الأصغر منه، أو الحديث عن الأفكار الانتحارية.

ويمكن تقسيم الضحايا كالآتي:

الضحايا السلبيون (Passive Victims) وهم الذين لا يقاومون وينسحبون ويهربون للمحافظة على آمنهم من مرافق المدرسة أو الساحة المدرسية، وهم عرضة للانتحار ونسبتهم تصل إلى (٢٥٪) من الضحايا.

الضحايا الاستفزازيون (Proactive Victims) وهم أولئك المجادلون والمزعجون والذين يستفزون الآخرين ويلومونهم ويعاندونهم ويردون على الاستقواء، وقد يجلب الطالب معه سلاحاً للمدرسة، وهم في خطر دائم عليهم وعلى الآخرين، ولديهم الميل للتحول إلى ضحايا مستقوين (/ Bully Victims) وهم كذلك يعانون من مشكلات نفسية أو اجتماعية أو اكتئاب أكثر من غيرهم.

والضحايا بشكل عام لديهم مشكلات في التكيف والاكتئاب أو القلق أو تقدير الذات أو العزلة أو الشعور بالوحدة أو الانتحار أو مشكلات مع الجنس الآخر في المستقبل وخاصة ما يسمى بالضحية المستقوي /Bully (Victim (Wolke et al., 2002).

الحقيقة الرابعة

فهي أن الاستقواء ليس مشكلة حديثة وأن الحديث هو الاهتمام بهذه الظاهرة والعمل على التوعية من مخاطرها ووضع قوانين لحماية الطفولة مثل قانون «معاملة الطفل ومنع الإساءة إليه» الذي أقره الكنغرس الأمريكي في عام ١٩٧٣ . وان التصدي للمشكلة يتم فقط عندما يعترف بها وتتخذ الخطوات لمنعها.أما تجاهل المشكلة فهو لا يجعلها تختفي.

الحقيقة الخامسة

هي أن الاستقواء يؤثر على الجميع حيث إن كلا من المستقوي والضحية يعانيان من مشكلات خطيرة وآلام وأعراض بدنية وصداع وآلام المعدة والضغط النفسي وأعراض سيكولوجية (Gilbert, 1999; Kristensen and Smith, 2003؛ Beane,1999). والمتفرجون الذين يشاهدون أطفالاً آخرين يتعرضون للاستقواء ويخافون من التعبير عن معارضتهم لهذا السلوك لخوفهم من ملاقاة نفس المصير يشعرون بالتوتر والخوف والغياب عن المدرسة والانسحاب منها.

الحقيقة السادسة

هي أن الاستقواء مشكلة خطيرة والأطفال الضحايا والمستقوون بحاجة إلى التدخل ومنع الخطر عنهم، وأما المتفرجون فهم عرضة كذلك إلى ضعف الثقة بالنفس ونقص في احترام الذات وإحساس بالذنب في حالة الفشل في التصرف، وهم مصدومون ولا يعرفون كيف يتصرفون، ويشعرون أنهم لكي يكونوا في أمان «يجب ألا يفعلوا أي شيء»، كما يمكن أن يطوروا مشاعر الضعف أو التجنب أو ترك المدرسة، وأن المستقوين والضحايا هم في خطر حقيقي. وأكدت دراسة لينغ وفيشر ولامبرد (Liang , Flisher & Lam-bard ,2007) أن الاستقواء مشكلة خطيرة في جنوب إفريقيا وأنه مؤشر على سلوك خطر، وان ٣٦,٣ بالمئة من الطلبة في كيب تاون اشتركوا في الاستقواء (٨,٢) بالمئه كانوا مستقوين و(١٩,٣)بالمئه كانوا ضحايا و(٨,٧) بالمئة كانوا ضحايا/ مستقوين. والأطفال الكبار منهم كانوا مرتكبين للاعتداءات، وأما الصغار فكانوا ضحايا، وأظهر المستقوون عنفاً أكثر، وسلوكات لا اجتماعية

ووقعوا في الخطر والتدخين وحمل السلاح ولديهم أفكار انتحارية. حتى أن بعض الضحايا يمكن أن يتحول إلى مستقوٍ وهو ما يسمى Bully /Victims الضحية المستقوي.(Wolke et al., 2003)، وهذا هو الخطر الذي يخشى معه تحول الضحية إلى مستقو ويصبح الاستقواء في حركة دائرية.

الحقيقة السابعة

هي أنه يمكن العمل معاً من أجل إيجاد حلول لمشكلة الاستقواء: والحل لا يكمن في تدريب الضحية على «فن الدفاع عن النفس» ولكن في العمل على إيجاد الكثير من المواقف التي تبعد الاستقواء عن مناخ المدرسة من حيث الاهتمام بالقوانين والأنظمة وعدم السماح للطلبة بالاستقواء في المدرسة وتعليم الآباء والأبناء والمعلمين المهارات اللازمة للتعامل مع مشكلة الاستقواء من خلال الإشراف على الطلبة في الاستراحات، وساحات المدرسة. وهنا لابد من زيادة التواصل بين المدرسة والبيت وإنشاء العديد من المجالس وورش العمل للوقاية من أخطار الاستقواء. وكما ترى بلادري (Baldry,2003) أن الطفل الذي يتعرض للعنف الأسري يكون عرضة للاستقواء والتجني عليه في المدرسة.

الحقيقة الثامنة

الخطة الشاملة تعطي أفضل النتائج : ويلزم لذلك تعاون كافة الأطراف الوالدين والمعلمين والمجتمع المحلي لأن الدراسات أظهرت أن الطفل لا يتعلم في حالة تعرضه للخطر، وأن هناك أدواراً لكل من المدرسة والبيت والمجتمع المحلي وقد وضعت بعض المؤسسات في أمريكا خططاً شملت عدة

مجالات أساسـية مثل مراقبـة الجو المدرسي ومراقبة وضبط السـلوك الصفي والسياسات والتخطيط وبرامج للوقاية والتدخل والقيادة وتطوير الموظفين وتحسـين التواصل بين الأطراف جميعاً ومراقبة النقل وتوعية المجتمع والبيئة المحيطة.

الحقيقة التاسعة

يمكن مساعدة الأطفال المعرضين لخطر الاستقواء: الضحايا أصعب في ملاحظتهم من المسـتقوين ولذا يجب فهم الإشارات الدالة عليهم من خلال مشـاعر الضيـق والتوتر وتدني التحصيـل الدراسي والتعبير عـن العنف من خلال الرسـم والغضب غير المبرر وتعاطي الكحول والمخدرات والوصول للأدوات الحادة والسلاح. وبتعاون الأطراف جميعاً يمكن مساعدة الضحايا ووقف الاستقواء وبناء البرامج المساعدة لهم بين(٢٠٠٥).

الحقيقة العاشرة

المـدارس مسـؤولة عن حماية الطـلاب: إن التعليم بفعاليـة لايتم إلا في بيئة يتوفر فيها الأمن النفسي للطلبة ويتطلب هذا بيئة مدرسـية داعمة للنمو والتعلـم وخالية مـن العنف والاسـتقواء والتعرض للخطـر. ومن هنا يبرز دور المدرسـة الأسـاس في حمايـة الطلبة من الأخطـار والمضايقات التي تهدد حياتهم. وعلى جميع إدارات المدارس وضع برامج للتوعية من خلال مناقشة ظاهرة الاسـتقواء ووضع الاسـتراتيجيات للحد من الظاهـرة(Bullying) .ففي أمريكا هناك ما يسـمى قوانين ضد الاستقواء Anti Bullying Rules ويمكـن من خلالهـا تصميم منهـج دراسي للتوعية يشـتمل عـلى محاضرات

وورش عمـل ومجلات حائط وتوضيـح للحقوق والواجبات وأهمية احترام الجميـع على اختـلاف قدراتهم وثقافاتهـم وتعليمهم طرق المناقشـة والحوار ومهـارات فـض النزاعـات وتنمية المهـارات القيادية وزيـادة الإشراف على الأطفال والتواصل مع الأهل.

الفصل الثاني
المشاركون في التنمر

٢ . المشاركون في التنمر

يمكن تصنيف الأفراد المشتركين في سلوك الاستقواء إلى ثلاث فئات:

١ـ المستقوون: Bullies

٢ ـ الضحايا: Victims

٣ ـ المتفرجون: Bystanders

وفيما يلي بعض المعلومات عن كل فئة :

٢ . ١ من هم المستقوون ؟

أشار أوليز (Olweus, 1993) إلى خصائص الطلبة المستقوين بأنهم مهيمنون على الآخرين و يحبون الشعور بالقوة ولكنهم ودودون مع أصدقائهم. ويرى الباحثون أن الرغبة في القوة هي السبب في عملية الاستقواء وهذه الرغبة تعززت من خلال الأفكار والشائعات حول الاستقواء وأدوار المؤسسات الإعلامية والأفلام التي تصور قدرات البطل ومهاراته العالية. ومن سماتهم كذلك القسوة، ولديهم أفكار لا عقلانية (Roberts, 2005). ويرى ستيون وماهي (Stewin &Mah, 2001) أن القوة هي السمة الأبرز لدى الأطفال المستقوين والسيطرة والرغبة في القوة (Power) والظهور بها هي من صفاتهم.

ودرس وايت لوك (WhiteLock, 1997) الخصائص التي تميز المستقوين (Bullies)، وكذلك الضحايا ـ في المدرسة الأساسية ـ من خلال قائمة من الخصائص الشائعة عند المستقوين، مكونة من ٧٠ خاصية طورها

الباحثون في جامعة أوهايو، حيث وجد أن خصائص المستقوين هي السيطرة، وحدة المزاج، وقلة التعاطف مع الآخرين، وأن هناك ١٩ خاصية اشتركوا بها. أما الضحايا (Victims) فكانت خصائصهم هي: قلة المهارات الاجتماعية، ولوم الذات على حل المشكلات التي تحصل معهم، والخوف من المدرسة. وانهم اشتركوا في ٢١ خاصية. كما أكدت الدراسة أن المستقوين يعانون من مشكلات عائلية أكثر من الأطفال الآخرين، وأن آباءهم مشغولون عنهم وأن العائلة تتخذ قرارات نيابة عنهم في كثير من الأمور. وأن الذكور أكثر استقواء من الإناث خاصة في الاستقواء المباشر (الضرب والصفع والركل) وأن الإناث أكثر في الاستقواء غير المباشر (التجاهل والسخرية والاستهزاء والإقصاء من المجموعة).

وميزّت ساليمي فالي١٩٩٦ Salmivalli المشار إليها في (Stewin & Mah, 2001) إلى أن اختلافات الجنس مهمة في أدوار المشاركين في الاستقواء حيث يكون الذكور في أغلب الأحيان هم المستقوين، أو المشجعين عليه، أو المساعدين فيه ؛لكن الإناث يلعبن باستمرار دور المتفرج أو المدافع عن الضحية.

ان الطفل المستقوي هو الذي يضايق ،أو يخيف ،أو يهدد، او يؤذي الآخرين الذين لايتمتعون بنفس درجة القوة التي يتمتع بها،وهو يخيف غيره من الأطفال في المدرسة ،ويجبرهم على فعل مايريد بنبرته الصوتية العالية واستخدام التهديد . وعادة مايستغل معظم الأطفال المستقوين خوف الضحية.وهم يسيطرون على الضحية من خلال حالة الخوف التي يضعونه فيها .ويقع الاعتداء عادةً في المدرسة ،في الصف ،أو في أي مكان يلتقي فيه الطلاب كمجموعات مثل :ساحة المدرسة، وفي أماكن البيع والشراء،أو

بالقـرب مـن دورات الميـاه،أو الممـرات المنعزلـة، او غرف تبديـل الملابس. ويمكن أن يقع الاسـتقواء خارج المدرسـة في طريق عودة الطفل للمنزل ،أو الملاعب أو في المواصلات العامة .(فيلد ،٢٠٠٤).

ويمكـن القول إن المسـتقوين لديهـم ضعف في التعاطـف مع الآخرين ويعانـون من مشـكلات عائلية ويشـاهدون اسـتقواء من قبل أفـراد الأسرة الأب مثلاً يسـتقوي على الأم أو الأطفال ولـدى البعض منهم اندفاع قهري والتصرف دون تفكير.

أما بندلي (Pendley, 2004) فيصنف الأطفال المستقوين إلى نوعين:

١ـ النوع الأول المستقوي« المحرض» Proactive: وهو غير مسيطر على نفسه ولديه مشاعر داخلية تدفعه للاستقواء وغير متعاطف مع الضحايا.

٢ـ النـوع الثـاني (التفاعـلي): Reactive: ويتميـز بأنـه عاطفي ومندفع ويـرى تهديـدات مـن الآخرين غـير حقيقيـة وغير مقصـودة منهم يترجمها كاسـتفزازات ويشعر بأن اسـتقواءه مبرر. ولدى المستقوين مجموعة من الأفكار والمعتقدات التي تدفعهم للاستقواء مثل: يجب أن أظهر مسيطراً على الجميع، وعلى الجميع أن يهابني ويخشاني حتى تـراني البنات بشـكل أفضـل (Toblin, Schwartz, Gorman & Abou - Ezzeddine, 2005).

ويعـرض جـون (John, 2006) مجموعـة مـن النـماذج النمطيـة في الاستقواء:

ـ النموذج الأول:الاستقواء الفردي (Serial Bullying) وهو في حالة مسـتقوٍ أو معتـدٍ واحد يقوم بإيذاء فـرد أو مجموعة مـن الأفراد وهذا النمط موجود بكثرة في المدارس.

- النمـوذج الثاني:الاسـتقواء الجماعـي غـير المتجانـس (Multiple Victimization) عندما يقوم أكثر من مسـتقو أو معتد بالاستقواء على الضحية، وهو نوع حديث من الاستقواء.
- النمـط الثالث:الاسـتقواء الجماعـي المتجانـس (The Familial Pattern) وهذا النمط يتضمن مجموعة من الأطفال المسـتقوين من نفس العائلة يمارسون الاستقواء على فرد أو مجموعة من الأفراد.

٢ . ٢ من هم الضحايا ؟

هم أولئك الأطفال الذين يكافئون المسـتقوين مادياً أو عاطفياً عن طريق عـدم الدفـاع عن أنفسـهم، أو إعطاء جـزء من مصروفهم أو كله للمسـتقوين ويذعنون لطلبات المستقوين بسهولة و مهاراتهم الاجتماعية قليلة وضعيفة ولا يسـتخدمون المرح ،ولا يدخلـون ولا ينضمون في جماعـات اجتماعية أو صفية (Sciarra,2004). وهم يتفادون بعض الأماكن ويغيبون عن المدرسة ومرافقها خاصـة في حالـة قلة الإشراف والمتابعة المدرسـية، والميزة الأكبر أن المسـتقوين يرونهم ضعفاء جسمياً، ولديهم عدد قليل من الأصدقاء (Wright, 2004).

وأن مـن سـمات الطفـل الضحيـة الحساسـية العاليـة ،وسـهولة إيقـاع الأذى بـه، وهـو يظهـر ضيقـه بمنتهـى الوضـوح .كـما أنـه في العـادة قلق، وحذر،وخاضع،ومفتقـر الى الحـزم ،وأكثـر هدوءاً ،من غـيره من الأطفال . ويتسم بعض الأطفال بالخجل في الوقت الذي يعاني فيه البعض الآخر الافتقار إلى الكفـاءة الاجتماعيـة .إن عين ،ووجـه ،وبشرة،ولغة، وجسـد،وصوت، وكلـمات الطفل الضحية تبدو وكأنها شاشـة تلفاز.أي أنها تكشـف على الملأ إحساسـه بالخـوف والغضـب والألم والعجـز.وفي الكثير مـن الأحيان نجد

هـؤلاء الأطفـال _ولـو لفـترة قصـيرة _ينكـرون حاجتهم للحصـول على مساعدة أو قد يرفضون الفكرة كلية (فيلد ،٢٠٠٤).

أما سـارزن (Sarzen, 2002) فقد درس المستقوين وضحاياهم حيث تضمنت الدراسـة مراجعة للأدب من عـام ١٩٩٢ وحتى ٢٠٠٢ والمصادر المتنوعـة للأدب.أظهـرت الدراسـة أن المسـتقوين (Bullies) يحتاجـون للاسـتقواء كي يظهروا بأنهم أقوياء؛ وأنه ليس هناك سـبب واحد وراء كون الطفـل مسـتقوياً، لكن عوامل البيئة يمكن أن تطور سـلوك الاسـتقواء. كما أشـارت النتائـج إلى أن الأطفـال في المرحلـة المتوسـطة هم الأكثر اسـتقواءً، وأن الشـكل الأكثر شـيوعاً للاسـتقوا هو الاسـتفزاز Teasing. وفي المرتبة الثانية الاسـتقواء الجسـمي عند الأولاد، والمقاطعة الاجتماعية عند الإناث. وأظهرت الدراسـة أن أكثر الأماكن استقواءً هي الساحة المدرسية، والحافلة أثناء الطريق للمدرسة.

ويؤكـد ليفنسـون(Levinson, 2006) أن الأطفال الذين يعيشـون في حالة من الخوف هم ضحايا للاستقواء ولا يتعلمون بشكل مناسب وينعكس ذلك الشعور على صحتهم النفسية. ونسبتهم من ١٥ ـ ٢٠ بالمئة من الطلبة.

٢ . ٣ من هم المتفرجون ؟

هـم الذيـن يشـاهدون ولا يشـتركون ،و لديهم شـعور بالذنب بسـبب فشـلهم في التدخل، ولديهم خوف شـديد، يطورون مشـاعر بأنهم أقل قوة، يبدون مشوشـين في أغلب الأحيان ـ لا يعرفون الصح من الخطأ ـ(Sarzen 2002,) ولديهـم ضعـف في الثقة بالنفس، واحترام ذات متدنٍ، و يشـعرون بأنهم لكي يكونوا أكثر أمناً أن لا يعملوا شـيئاً ويصنف دكريسـون -Dicker son, 2005) المتفرجين إلى نوعين من الأفراد:

١ ـ المتفرجون الرافضون للاستقواء: وهم يلاحظون ويشاهدون دون تدخل منهم،ويفتقرون إلى الثقة بالنفس، ولديهم خوف من أن يكونوا ضحايا مستقبلاً، ولا يعرفون ما العمل.

٢ ـ المتفرجون المشاركون في الاستقواء : وهم الذين يشاركون في الاستقواء بالهتاف أو لوم الضحية، أو المشاركة الفعلية.

وما لا شك فيه أن المتفرجين يمكن أن يساهموا بإيجابية في منع الاستقواء المدرسي بعد تدريبهم وتحسين مهاراتهم الاجتماعية والشخصية (Hazler & Carney, 2002).

من خلال ما سبق يمكن القول إن ظاهرة الاستقواء تستوجب تعاوناً من الجميع الأهالي والمعلمين والطلبة. فالاستقواء منتشر كمشكلة عامة في البلدان المتقدمة وفي جميع الطبقات والمستويات الاقتصادية والاجتماعية ـ لا ينحصر في بلد أو دين أو عرق معين ـ فهو في بلدان كالسويد والولايات المتحدة واليابان واستراليا وكوريا، وكذلك في مجتمعات نامية أخرى، وللاستقواء تأثيرات بعيدة المدى على الطلبة المتفرجين والمستقوين والضحايا والمجتمع لاحقاً.

كما أن هناك خصائص عائلية لها أثر على الاستقواء وتطوره فالأسر التي تستخدم العقاب أو تستخدم أساليب صارمة في الضبط تنتج أطفالاً مستقوين أما الأسر التي تستخدم الدلال والحماية الزائدة فيكون أطفالها عرضة ليكونوا ضحايا، وأن القضاء على الاستقواء يحتاج إلى فترة طويلة، من خلال منحى متكامل يشترك فيه الأهالي والمدراء والمعلمون، وأطراف عديدة بجهودهم لكي يمكن التخلص منه.(Baldry, 2003).

الفصل الثالث

أسباب التنمر عند الأطفال والمراهقين

٣ . أسباب التنمر عند الأطفال والمراهقين

٣ . ١ أسباب سلوك التنمر بشكل عام

يمكـن بيـان الأسـباب العامـة التـي تقـف وراء سـلوك التنمـر لـدى الاطفـال والمراهقـين بما يلي(الشـهري،٢٠٠٣؛ العنـزي، ٢٠٠٤؛ عويدات وحمدي،١٩٩٧؛ Wright and Fitzpatric,2006).

٣ . ١ . ١ الأسباب و العوامل الشخصية

هناك دوافع مختلفة لسـلوك التنمر، فقد يكون تصرفا طائشـا أو سـلوكا يصدر عن الفرد عند شـعوره بالملل ، كما أنه قد يكون السـبب في عدم إدراك ممارسي سـلوك التنمر وجود خطأ في ممارسة هذا السلوك ضد بعض الأفراد، أو لأنهم يعتقدون أن الطفل الذي يستقوى عليه يستحق ذلك ، كما قد يكون سـلوك التنمر لـدى أطفال آخرين مـؤشرا على قلقهم، أو عدم سـعادتهم في بيوتهـم ، أو وقوعهم ضحايا للتنمر في السـابق، كما أن الخصائص الانفعالية للضحية مثل الخجل، وبعض المهارات الاجتماعية، وقلة الاصدقاء قد تجعله عرضة للتنمر (Alkinson,Hornby,2002).

٣ . ١ . ٢ الأسباب والعوامل النفسية

وهذه مبنية أساسـا على الغرائز والعواطف، والعقد النفسية والإحباط، والقلـق والاكتئـاب؛ فالغرائز هي اسـتعدادات فطرية نفسـية جسـمية تدفع الفـرد إلى إدراك بعـض الأشـياء مـن نوع معـين، وأن يشـعر الفـرد بانفعال

خاص عند إدراكه لذلك الشيء ، وأن يسلك نحوه سلوكا خاصا ، وعندما يشعر الطفل أو المراهق بالإحباط في المدرسة مثلا عندما يكون مهملا، ولا يجد اهتماما به وبشخصيته، ويصبح التعلم غاية يراد الوصول إليها، وعدم الاهتمام بقدراته وميوله، فإن ذلك يولد لديه الشعور بالغضب والتوتر والانفعال لوجود عوائق تحول بينه وبين تحقيق أهدافه ما يؤدي إلى ممارسة سلوك العنف والتنمر ، سواء على الآخرين ، أو على ذاته لشعوره بأن ذلك يفرغ ضغوطه وتوتراته، كما أن الأسرة التي تطلب من الطالب الحصول على مستوى مرتفع من التحصيل يفوق قدراته وإمكاناته، قد يسبب هذا القلق للطالب وقد يؤدي كل ذلك بالنهاية إلى الاكتئاب ، وتفريغ هذه الانفعالات من خلال ممارسة سلوك التنمر (الشهري، ٢٠٠٣؛ Wright and Fitzpatrick,2006).

٣ . ١ . ٣ الأسباب والعوامل الاجتماعية

وتتمثل بكل الظروف المحيطة بالفرد من الأسرة والمحيط السكني، والمجتمع المحلي، وجماعة الأقران، ووسائل الإعلام ، فضلا عن بيئة المدرسة، ففي نطاق الأسرة تتراوح معاملة الآباء للأبناء ما بين العنف الذي قد يصل إلى حد الإرهاب، والتدليل الذي قد يبلغ حد ترك الحبل على الغارب، فالعنف يولد العنف، كذلك غياب الأب عن الأسرة، ووجود أم مكتئبة ، أو مشاكل الطلاق بين الزوجين وأثرها على الأبناء، والعنف الأسري الذي قد يسود في بعض الأسر ، كل هذه العوامل قد تكون بيئة خصبة لتوليد العنف والتنمر عند الأبناء، وإذا كانت الأغلبية خارج المدرسة عنيفة، فإن المدرسة ستكون عنيفة، فالطالب في بيئته خارج المدرسة يتأثر بثلاث مركبات أساسية هي: الأسرة، والمجتمع، والإعلام (العنزي،٢٠٠٤).

وقـد تكون الظـروف الاجتماعية مثـل تدني دخـل الأسرة، وأمية الآباء والأمهـات ، وظروف الحرمان والقهر النفـسي، والإحباط من أهم العوامل التـي تدفع الطالب إلى ممارسـة سـلوك الاسـتقواء داخل المدرسـة؛إذ يكون الطالب غير متوافق مع محيطه الخارجي(أشهبون،٢٠٠٧).

كـما يـرى الكـروسي(٢٠٠٤) أن تسـخير وسـائل الإعـلام للمصلحة الخاصة، وتنفيذ البرامج التلفزيونية بأشكال تجارية بغض النظر عن نتائجها، والطـرق التي تنفذ فيها قد يؤدي إلى انتشـار سـلوك العنـف والتنمر، كما أن وسائل الإعلام لها تأثير في جنوح الأحداث، ومنها أن البرامج والمسلسلات والأفلام التي يعرضها التلفاز ، وأفلام السينما، سواء المخصص للأطفال ، أو للمراهق لها تأثير مباشر في السـلوك الاجتماعي للحدث والمراهق ، إذ تستثير خيالـه، وتدفعـه في بعض الأحيان إلى تقمص الشـخصيات التي يشـاهدها، خصوصا ما اتصل منها بالمغامرات والحركة والعنف.

٣ . ١ . ٤ الأسباب والعوامل المدرسية

وتشمل السياسة التربوية ، وثقافة المدرسة، والمحيط المادي، والرفاق في المدرسة، ودور المعلم وعلاقته بالطالب والعقاب، وغياب اللجان المختصة، فالعنف الذي يمارسـه المعلم على الطلبة مهما كان نوعه ، لن يقف عند حدود إذعان الطالب له سمعا وطاعة، فلا بد أن يدرك أن الإذعان الظاهري مؤقت يحمـل بين طياته كراهية ، وينتشر ليكون رأيا عاما مضادا له بين طلبة الصف والمدرسـة، ومـن المحتمل أن يصل إلى درجة التنمر المضاد، سـواء المباشر أو غير المباشر ، وقد تكون الممارسـات الاسـتفزازية الخاطئة من بعض المعلمين، وضعـف التحصيـل الـدراسي للطالـب ، والتأثـير السـلبي لجماعـة الرفاق،

والمزاج والاستهتار من قبل الطلبة ، والخصائص الشخصية والنفسية غير السوية ، وضعف العلاقة بين المدرسة والأهل ، والظروف والعوامل الأسرية والمعيشية للطالب، وضعف شخصية المعلم، أو أسلوبه الدكتاتوري ، والتمييز بين الطلبة، وعدم إلمام المعلم بالمادة الدراسية ، كل هذه عوامل قد تساعد على تقوية وإظهار سلوك التنمر من قبل بعض الطلبة. (الشهري، ٢٠٠٣؛ عويدات وحمدي، ١٩٩٧).

كما أن العلاقات المتوترة والتغيرات المفاجئة داخل المدرسة ، والإحباط والكبت والقمع للطلبة ، والمناخ التربوي الذي يتمثل في عدم وضوح الأنظمة المدرسية وتعليماتها،ومبنى المدرسة، واكتظاظ الصفوف بالطلاب، واسلوب التدريس غير الفعال، كل هذه عوامل قد تؤدي إلى الاحباط ، ما يدفعهم للقيام بمشكلات سلوكية يظهر بعضها على شكل تنمر، ولا ننسى هنا في هذا المقام أن نتحدث عن جماعة الرفاق والتي قد تؤدي أدوارا متعددة على إثارة السلوك التنمري، أو تعزيزه ، فقد تقوي بعض الأطفال على غيرهم من الأطفال استجابة لضغط جماعة الأقران، ومن أجل كسب الشعبية، وهذا يظهر جليا في مرحلة المراهقة، حيث يعتمد المراهق في تقديره لذاته ، وإظهار قدراته من خلال جماعة الأقران التي تلعب دورا كبيرا في النمو الاجتماعي للمراهق .(القرعان،٢٠٠٤؛ الزعبي،٢٠٠١)

٣ . ١ . ٥ أسباب من وجهة نظر المتنمرين والضحايا أنفسهم

يمكن إجمال بعض الأسباب العامة للتنمر من وجهة نظر الطلبة المستقوين والتي تجعل المستقوين يستقوون على الضحايا في الآتي: (أبو غزال، ٢٠١٠).

- التظاهر بأنه شخص مهم.
- لأنه ليس لديه أصدقاء يدافعون عنه.
- لأن علاماته سيئة في المدرسة.
- لأنه طالب متكبر على زملائه.
- لأنه يتظاهر بأنه شخص غني.
- لأنه ينقل معلومات عن الطلبة للمعلمين.
- لأنه يتجاهل الطلبة الآخرين.
- لأنه غير منسجم مع الطلبة الآخرين.
- لأنه تربطه صلة قرابة بالمدير أو المعلم.
- لأنه يرغب بإظهار قوته أمام الآخرين.

أما أسباب الوقوع ضحية الاستقواء والتنمر لدى الطلبة الضحايا، فيمكن اجمالها بما يلي:

- الصمت الدائم وعدم التحدث مع أحد.
- إطاعة كل ما يقوله المعلم وتنفيذ تعليماته وتوجيهاته.
- الغرور.
- اللباس والمظهر المتميز.
- الفقر.
- المظهر الجذاب جدا.
- حب المعلم لي.

- كثرة الكلام والتدخل في ما لا يعنيني.
- إحضار نقود كثيرة معي للمدرسة.
- ارتباطي يصلة قرابة بالمدير أو المعلم.

٣ . ٢ أسباب سلوك التنمر من وجهة نظر مدارس علم النفس المختلفة

هنـاك مدارس ونظريات إرشـاد متعددة في التصدي للاسـتقواء وغيره من السـلوكيات الخطرة فالنظرية السـلوكية مثلاً تـرى أن الحل يكون تبديل السـلوكيات الخطرة وغير المقبولة بأخرى مناسـبة، وتعزيز السـلوك الإيجابي الموجود لديهم وتقويته. ونظريات التعلم الاجتماعي ترى أن وقف الاستقواء يكمن في توفير نماذج تحتذى من قبل الطلبة ويتم تقليدها وتوفير عوامل بيئية مناسبة لكبح السلوك الاستقوائي وضرورة اكساب الطلبة قيماً إنسانية تحثهم على التعاطف والتقدير وعدم الإساءة للآخرين. (Wolke et al., 2003)

وقد اهتم علماء النفس بالسلوك العدواني والتنمر وحاولوا تفسيره رغم اختلاف مدارسهم واتجاهاتهم، وعلى الرغم من هذا الاهتمام إلا أن تفسيرات علماء النفس حول هذا السلوك متباينة، ويرجع هذا التباين إلى الأطر النظرية التي تعتمد عليها كل نظرية أو مدرسة من مدارس علم النفس .

٣ . ٢ . ١ النظرية السلوكية

تنظر إلى سلوك التنمر على أنه سلوك تتعلمه العضوية، فإذا ضرب الولد شـقيقه مثلا وحصل على ما يريد، فإنه سوف يكرر سلوكه العدواني هذا مرة أخـرى لكي يحقق هدفا جديدا. من هنا، فالعدوان هو سـلوك يتعلمه الطفل

لكي يحصل على شيء ما. حيث يعتقد السلوكيون بأن السلوك العدواني كغيره من السلوكات الإنسانية الأخرى متعلم من خلال نتائجه حيث تزداد احتمالية حدوث السلوك العدواني اذا كانت نتائجه مطروحة والعكس صحيح ، وهو منطلق نظرية الإشراط الإجرائي لسكنر أي أن الأنماط السلوكية محكومة بتوابعها اجتماعيا .

كما أن السلوك العدواني متعلم اجتماعيا عن طريق ملاحظة الأطفال نماذج العدوان عند والديهم ومدرسيهم وأصدقائهم وأفلام التلفزيون وفي القصص التي يقرأونها كما أن لأساليب التنشئة الاجتماعية دوراً كبيراً في هذا المضمار سواء أكانت مباشرة ، مقصودة أم غير مقصودة مثل توجيهات الوالدين نحو عدوانية أطفالهم أو وجود النماذج والقدوات العدوانية أمام الأطفال ، ولا يخفى ما لوسائل الإعلام من دور كبير في هذا الشأن ، لأن إحساس وإدراك الطفل يعتمد في المقام الأول على المحسوسات والحركة، والتلفزيون يحول المجردات إلى محسوسات تساعد على سرعة وسهولة الاتصال والتأثير المباشر على الطفل . كما أن نزعة التقليد لدى الطفل في هذه المرحلة العمرية تنمي لديه العدوان المكتسب . (الديب ٢٠٠٢ ، ٢٢٧ ؛ محمود ، ، ٢٠٠٤ ؛البواب ، ٢٠٠٤ ؛علاونه ، ٢٠٠٤).

٣ . ٢ . ٢ نظرية التحليل النفسي

يرى فرويد صاحب هذه المدرسة، أن سلوك العدوان والتنمر ما هو إلا تعبير عن غريزة الموت، حيث يسعى الفرد إلى التدمير سواء تجاه نفسه أو تجاه الآخرين، حيث إن الطفل يولد بدافع عدواني، وتتعامل هذه النظرية كذلك مع سلوك العدوان بأنه استجابة غريزية وطرق التعبير عنها متعلمة، فهي تقول: بأنه لا يمكن إيقاف السلوك العدواني أو الحد منه من خلال

الضوابط الاجتماعية أو تجنب الإحباط، ولكن ما نستطيع عمله فقط هو تحويل العدوان وتوجيهه نحو أهداف بناءة بدلا من الأهداف التخريبية والهدامة . وتبعا لهذه النظريه فإن القوى المحركة لسلوك الانسان هي غريزة الموت وغريزة الحياة وتفسر نظرية التحليل النفسي العدوان من منطلق غريزة الموت عند الانسان حيث إنها نزعة الكراهية وعندما تجد هذه النزعة الطريق إلى التعبير يسيطر العنف على الانسان . أي أن الانسان عندما يشعر بتهديد خارجي تنتبه غريزته العدوانية فتجمع طاقتها ويغضب الفرد ، ويختل توازنه الداخلي ويتهيأ للعدوان لأي إثارة خارجية بسيطة، وقد يعتدي بدون آثارخارجية حتى يفرغ طاقته العدوانية ويخفف توتره النفسي ، ويعود إلى اتزانه الداخلي، كما أن فرويد ربط بين العدوان والمراحل المبكره للطفولة ويؤكد على أن جميع صور العدوان ذات مصدر جنسي موجه نحو السيطرة على دفعات الجنس، وذلك من خلال ربطها بالمراحل المختلفة للتطور النفسي للطفل. ثم أكد أدلر أحد تلامذة فرويد على أن العنف والعدوان عبارة عن استجابة تعويضية عن الإحساس بالنقص (الزعبي ، ٢٠٠١؛ الظاهر ، ٢٠٠٤).

٣ . ٢ . ٣ النظرية الفسيولوجية

يعد ممثلو الاتجاه الفسيولوجي أن سلوك التنمر يظهر بدرجة أكبر عند الأفراد الذين لديهم تلف في الجهاز العصبي (التلف الدماغي)، ويرى فريق آخر بأن هذا السلوك ناتج عن هرمون التستستيرون حيث وجدت الدراسات بأنه كلما زادت نسبة هذا الهرمون في الدم، زادت نسبة حدوث السلوك العدواني .

٣ . ٢ . ٤ نظرية التعلم الاجتماعي

ترى هذه النظرية بأن الأطفال يتعلمون سلوك التنمر عن طريق ملاحظة نـماذج العدوان عند والديهم ومدرسيهم ورفاقهم، حتى النماذج التلفزيونية .. ومـن ثم يقومون بتقليدها، وتزيد احتمالية ممارستهم للعدوان إذا توفرت لهـم الفرص لذلك . فإذا عوقب الطفل على السـلوك المقلـد فإنه لا يميل إلى تقليده في المرات اللاحقة، أما إذا كوفئ عليه فسوف يزداد عدد مرات تقليده لهذا السلوك العدواني، هذه النظرية تعطي أهمية كبيرة لخبرات الطفل السابقة ولعوامل الدافعية المرتكزة على النتائج العدوانية المكتسبة، والدراسات تؤيد هذه النظرية بشـكل كبير، مبينة أهمية التقليد والمحاكاة في اكتسـاب السـلوك العدواني، حتى وإن لم يسبق هذا السلوك أي نوع من الإحباط.

٣ . ٢ . ٥ نظرية الإحباط ـ العدوان

أكد دولارد ودرب وميلر وسيرز أن الإحباط ينتج دافعا عدوانيا يستثير سـلوك إيذاء الآخرين وأن هـذا الدافـع ينخفض تدريجيـا بعد إلحاق الأذى بالشخص الآخر حيث تسمى هذه العملية بالتنفيسٍ أو التفريغ لأن الإحباط يسـبب الغضب والشعور بالظلم ما يجعل الفرد مهيأً للقيام بالعدوان. كما أن معظم مشـاجرات الأطفال ماقبل المدرسة تنشأ بسبب صراع على الممتلكات والألعـاب فالشـعور بالضيق وإعاقة إشـباع الرغبـات البيولوجية يثير لدى الطفل الشـعور بالإحباط وهذا يؤدي الى سـلوك عدواني مثل تحطيم الأواني واللعـب، وترى هذه النظرية أن سـلوك العدوان ينتـج عن الإحباط، أي أن الإحباط هو السـبب الذي يسـبق أي سلوك عدواني، فالإنسـان عندما يريد تحقيـق هـدف معين ويواجـه عائقا يحـول دون تحقيـق الهدف، يتشـكل لديه

الإحبـاط الذي يدفعه إلى السـلوك العدواني، لكي يحـاول الوصول إلى هدفه أو الهدف الذي سيخفف عنده من مقدار الإحباط، وقد يكون هذا الإحباط ناتجا عن المعاقبة الشديدة غير الصحيحة للعدوان في المنزل، ما يسبب ظهوره خـارج المنزل . مـع هذا، فقد تبين بشـكل واضح أن هـذه النظرية غير كافية لتفسير جميع السلوكيات العدوانية. (القرعان ، ٢٠٠٤ ؛ الظاهر ، ٢٠٠٤).

٣ . ٢ . ٦ النظرية البيولوجية

يمكن تفسـير سـلوك التنمر حسـب هذه النظرية بأنـه ناتج عن بعض الأسباب الجسـمية والداخلية ولا سـيما منطقة الفص الجبهي فـي المخ كونها المسـؤولة عن ظهور السلوك العدواني عند الطفـل حيث إن استئصال بعض التوصيلات العصبية في هذه المنطقة عن المخ أدى إلى خفض التوتر والغضب والميل للعنف وأكد علمـاء آخرون على أن بعض العوامل الجسمية مثل التعب أو الجوع أو وجود آلام جسمية لدى الأطفال تؤدي ايضا إلى السلوك العدواني . كـما أرجـع بعـض الباحثـين السـلوك العـدواني إلى الفطـرة وأنـه محصلـة للخصائــص البيولوجيـــة للفـرد ، أي أن العـدوان والعنف عند الإنسـان يتضمـن نظامـا غريزيـا ، وأنـه يعتدي لإشـباع حاجاتـــه الفطريـة للتملك والدفـاع عن ممتلكاته . (القرعان ، ٢٠٠٤) (الزعبي ،٢٠٠١) (الرمادي، ٢٠٠٣) ، وتبعـا للنظريـات والأسـباب المؤديـة للعدوان يمكن بشـكل أو بآخر اقـتراح الحلول والعلاجات لمشـكلة عدوانية طفل مـا، لأن معظم هذه الحلول تأتي بعد فهم واضح لمسبب عدوانية الطفل الا أن بعض الافتراضات السـابقة الذكر مـن الصعوبة من خلالها وضع حلـول او مقترحات علاجيـة بالرغـم من معرفة الأسـباب المؤدية للسـلوك العدواني فيهـا كالافتراضات البيولوجيـة التـي قـد يفيد فــي ضوئها وضـع بعـض العلاجـات الماديـة

أو الدوائيــة ، أما بالنسـبة لافتراضات التحليل النفسي فقـد ينفع معها مثلا توجيه السلوك العدواني نحو أهداف أكثر إنسانية وهكذا .

٣ . ٢ . ٧ النظرية الإنسانية

تركز هذه النظرية على احترام مشـاعر الفرد، وأنسـنة الإنسان، وهدفها الرئيـس الوصـول بالفـرد إلى تحقيق ذاته، ومـن روادها ماسـلو ، وروجرز، ويمكن أن تفسر أسـباب سـلوك التنمر حسـب نظر هذه المدرسة من خلال عـدم إشـباع الطفـل أو المراهـق للحاجـات البيولوجيه من مـأكل ومشرب وحاجـات أساسـية أخرى، قد ينجم عـن ذلك عدم شـعور بالأمن ، وعدم الشـعور بالأمن يـؤدي إلى ضعف الانتماء إلى جماعة الأقـران والرفاق، ما قد يؤدي إلى تدن في تقدير الذات، والذي قد يؤدي إلى التعبير عن ذلك بأساليب عدوانية، مثل سلوك التنمر

٣ . ٢ . ٨ النظرية العقلانية الانفعالية Rational - Emotive Behavior Therapy

التـي تركـز على الأفـكار الخاطئة وغـير العقلانية التي يؤمـن بها الطلبة ومعتقداتهـم وقناعتهـم التـي تدفعهـم للاسـتقواء، وبيان بطلانهـا وتحديها، وأنــه يمكــن أن تكون هنــاك أفكار منطقية مكانها، ويوضح المرشـد حسـب هذه النظرية للطلبة أن سـلوك الاسـتقواء لديهم، وإيـذاء الآخرين ناتج عن أفكارهم الخاطئة التي يؤمنون بها، ومسـاعدتهم على أن يغيروا هذه الأفكار، وتعليمهم أن القوة والسيطرة على الآخرين لا تجعل الفرد قوياً، ولكنها تجعله مكروهاً من قبل زملائه ومن قبل الناس الآخرين (باترسون، ١٩٩٠).

ويتم ضمن العملية الإرشادية مناقشة تغيير حديث الذات السلبي (وهي أفكار الفرد وآراؤه التي يحدث بها نفسه ويرددها لوحده حول الاستقواء) مثل: يجب أن أكون الأقوى والمسيطر على الآخرين، إن لم تضرب الآخرين ضربوك، اضرب الضعيف كي يخاف القوي، واستبدال ذلك بحديث ذات إيجابي: مثلاً بأنه سوف يكون مهماً، ويحترمه الناس لعدم تعرضه لإيذاء الآخرين، وقيامه بمساعدتهم وسيكون موضع التقدير والاحترام، كما يمكن أن يمارس الطلبة التفكير بصوت عالٍ بجملة من الأفكار التي ترد إلى ذهنه في حالة وجود ضحية ورغبة في الاستقواء عليه. ويمكن الطلب من الأعضاء البوح بهذا الحديث والانتباه له أكثر لكي يكون أكثر وعياً له حيث إنه المسؤول عن الاستقواء وقد يوجه رسائل منه إليه أي من الطالب نفسه وبصوت عالٍ: مثلاً هذا طالب صغير الحجم، وإنني أقوى منه، وإن المنطق والعقل لا يعطي فرصة للطالب القوي لكي يسيطر على الطالب الأضعف أو الأقل قوة، لأن كلا منا له قوة محدودة وأن هناك من هو أقوى منه، ولذا فإنها عملية غير منتهية (بين، ٢٠٠٥).

ويوضح المرشد للطلبة أسباب لاعقلانية هذه الأفكار ومنها:

١ ـ السعادة هي استجابة وشعور نتيجة لما يفكر به الشخص، وما يقوم به من تصرفات أي أن التفكير المنطقي الإيجابي يدفع إلى السعادة والإحساس بالأمن بعكس التفكير غير المنطقي الذي يؤدي إلى الاضطراب أو المرض.

٢ ـ الشعور بالتعاسة في الحياة ونبذ الآخرين إياه من جراء تفكيره السلبي وحديث الذات لديه هو الذي يؤدي به إلى التصرفات السيئة مع الآخرين.

ويـرى أليـس(Ellis,1994) أن عـلى المرشـد أو المعالـج أن يكشـف للمسترشدين بصورة مستمرة الأفكار اللاعقلانية، وأحاديث الذات السلبية وغير المنطقية وذلك من خلال :

١ ـ إبرازها بصورة واضحة لتصبح في مستوى الوعي والانتباه.

٢ ـ بيان كيف تسبب الاضطراب وتثبته.

٣ـ توضيح العلاقة غير المنطقية بين هذه الأحاديث والاضطراب.(El-lis,1994).

وأكـد كوري (Corey ,1996) أن الأفراد مـن خلال النظرية العقلانية الانفعاليـة يتعلمـون المهارات التـي تزودهم بالأدوات التي تسـاعدهم على تحديد أفكارهم اللاعقلانية ويتعلمون كيفية استبدالها بأخرى فعالة وعقلانية كنتيجـة لذلك فهم يغيرون ردود فعلهم الانفعالية للمواقف، وتسـمح هذه النظريـة بتطبيـق مبادئهـا وفنياتهـا ليس عـلى هـذه الظاهرة فقـط، لكن على الكثـير من المشـكلات التي تواجه الأفراد مثل :القلـق والاكتئاب والغضب واضطراب الشخصية والمشكلات الزوجية وغيرها.

وأشـار بين (٢٠٠٥) أن لدى المستقوين مجموعة من الأفكار هي :يجب أن يكون الفرد الأكثر إزعاجاً وإثارةً وسيطرةً في الملعب والساحة والمدرسة، ويجب أن يظهر الأقوى، ولديه رغبة قوية بتشـجيع الآخرين على المنازعات، وإشـعال الفتـن،ولا يتقبـل الخسـارة، وهـو دائـماً عـلى صـواب، ويعتقد أن الضحايـا يسـتحقون ما يجري لهـم، ولديه غـيرة من نجـاح الآخرين، وعلى الآخريـن احترامه وتقديره، كما يفكر بطريقة «أنا فقط» ويتوقع من الآخرين مهاجمته.

ويرى بين(٢٠٠٥) مجموعة من الأفكار والمعتقدات التي تدفع الأفراد للاستقواء منها الأشياء يجب أن تكون سهلة وسريعة، الآخرون يجب أن يحبوني ويؤيدوني، الآخرون يجعلونني غضبان ومستقوياً، يجب أن أقوم بالانتقام من الآخرين لتصرفاتهم.

وقد ينكر المستقوون أنهم عملوا أي شيء خطأ ويرفضون أن يتحملوا المسؤولية إزاء سلوكهم،فهم يعتقدون أن تصرفاتهم تأتي نتيجة«لخطأ شخص آخر».أو أنهم يعدون ذلك ليس شيئاً مهماً فهنا يتعين على المرشد أن يتحدى طريقة تفكيره دون أن يستخدم أسلوب الوعظ. مثل: « إذا كنت تعتقد أنك لم تستقو على شخص آخر، لكن الآخر يعتقد أنك تستقوي عليه،فمن يكون على صواب»؟ إن الاستقواء هو في«عين المشاهد» بمعنى أن مشاعر الشخص الآخر هي حقيقية بالنسبة له.وهنا يشجع المرشد الطلبة في البحث عن أخطاء محتملة في فهمهم «ربما الآخرون فهموا شيئا لم يُقصد به إزعاجهم».

الفصل الرابع

دراسات حول التنمر

٤ . دراسات حول التنمر

بعـد الاطلاع عـلى الأدب السـابق المتعلـق بموضوع الدراسـة تبين أن الدراسات التي تناولت الاستقواء كثيرة، لكنها أجريت في الدول الأوروبية، والولايات المتحـدة الأمريكية، واليابان، وجنـوب إفريقيا، وتركيا وغيرها. أما في الدول العربية فان الدراسـات التي تناولت الاسـتقواء فيها نادرة ولذا تناول المؤلفان الدراسات التي أجريت في الدول الأجنبية.

ويمكن تقسيم الدراسات إلى قسمين :

أ ـ الدراسات التي تناولت سلوك التنمر.

ب ـ الدراسات التي تناولت برامج إرشادية وعلاجية للتنمر.

٤ . ١ الدراسات التي تناولت التنمر

درس وتنـي وسـميث(Whitney & Smith 1993) المشـار إليـه في (Al-uedse, 2006) سلوك الاستقواء بين طلبة المرحلة الأساسية في مدينة Sheffield عـلى عينة مكونة من (٦٣٨) طالباً وطالبة في انجلترا، منهـم (٣٢٠) من الذكور و(٣١٨) من الإناث، حيث استخدم التقارير الذاتية، ومقياس اوليز (Olweus) للاستقواء. أشارت النتائج إلى أن ٢٧ ٪ من العينة ذكروا أنهم تعرضوا للاستقواء خلال الفصل الأول من السـنة الدراسية، و١٠ ٪ ذكروا أنهم تعرضوا للاستقواء أسـبوعيا، و٤ ٪تعرضوا للاستقواء مرة في الأسبوع. وأشارت النتائج إلى أن ٢٩ ٪ مـن الأولاد و٢٤ ٪مـن البنـات واجهوا اسـتقواء جسـمياً، و٤١ ٪ مـن الأولاد و٣٩٪ مـن البنات واجهوا اسـتقواء شـفوياً. وأن ١٩ ٪ مـن الأولاد و٢٥٪ من البنات تعرضوا لاسـتقواء غير مباشر مثل التجاهل، الإقصاء وكان الاستقواء في الشكل الجنسي هو الأقل تكراراً.

كما درس ووك وزملاؤه (Wolke et al., 2001) سلوك الاستقواء في المدرسة الأساسية في كل من إنجلترا وألمانيا على عينة مكونة من (٢٣٧٧) طفلاً في انجلترا أعمارهم (٦) سنوات، منهم (١٠٧٢) طفلاً في الصف الثاني، و (٨) سنوات منهم (١٣٠٥) أطفال في الصف الرابع، أما العينة الألمانية فقد تكونت من (١٥٣٨) طفلاً أعمارهم (٨) سنوات في الصف الثاني. استخدمت المقابلات المعيارية وكذلك مقياس أوليز (Olweus) لسلوك الاستقواء. أشارت نتائج الدراسة إلى أن متوسط الذكور أكثر من متوسط الإناث في التعرض للاستقواء ٩ , ٤ مقارنة بـ ٩ , ٢. كما أن أشكال الاستقواء كانت متشابهة في كلا القطرين وهي على الترتيب: الاستقواء اللفظي (الدعوة بلقب سيئ) وأخذ الممتلكات والادعاء والكذب والخداع والتهديد والابتزاز وأخيرا الضرب، وأن معظم السلوك الاستقوائي يحصل في ساحة المدرسة، أو الصف. كما أظهرت نتائج الدراسة أن المستويات الاقتصادية والاجتماعية كانت ضعيفة الارتباط بالاستقواء، وبالمقارنة بين البلدين وجد أن سلوك الاستقواء عند الانجليز ثلاثة أضعافه عند الألمان، (٢٤٪) مقابل (٨٪) عند الذكور، أما الإناث فلا فرق ذو دلالة بين الإناث في القطرين (٤ , ١٪) مقابل (٩ , ١٪) ومن النتائج كذلك أنه ليس لحجم الصف (وعدد الطلبة فيه) أثر على الاستقواء عند الطلبة الألمان، أما عند الانجليز فقد كانت نسبة الاستقواء أكثر في المدارس التي حجمها أقل وكذلك في الصفوف الأساسية أكثر من الصفوف العليا،كما أن الاستقواء انتشر في الريف أكثر من انتشاره في المدن في انجلترا.

كما درس باتريكا (Pateraki, 2001) الاستقواء بين أطفال المدارس اليونانية، حيث هدفت دراسته لمعرفة محتوى وطبيعة السلوك الاستقوائي. استخدم الباحث قائمة التقدير الذاتي، والتي طبقت على عينة من ١٣١٢

طفـلاً ممـن تتراوح أعمارهم مابين ٨ ـ ١٢ سـنة في مدارس أثينا الأساسـية. أشـارت النتائـج إلى أن ٧, ١٤٪ مـن الطلبة كانوا ضحايـا، و٢٥, ٦٪ كانوا مسـتقوين، أمـا الشـكل الأكثـر شـيوعاً في الاسـتقواء كان إعطـاء الألقاب والضرب. وأمـا الأولاد فقـد كانوا أكثر اسـتقواء في الشـكل الجسـدي مثل الـركل والـضرب والقرص. بينما كانت البنات أكثراسـتقواء في الشـكل غير المبـاشر كالتجاهل، والإهمال والإقصاء. كما كان هناك تناقص في الاسـتقواء مـع التقـدم في العمر حيث يأخذ الاسـتقواء الشـكل غـير المباشر. وأظهرت الدراسـة كذلك أن ٥, ٣٣ بالمئة من العينـة تعرضوا للضغط من قبل الرفاق على ممارسة الاستقواء.

وفي دراسـة شـيراز Sheraz (٢٠٠٢) المشـار إليه في سارزن (Sarzen, 2002)أن الاستقواء أصبح مشكلة خطيرة في الولايات المتحدة. ففي دراسته للاستقواء على أطفال المدرسة الأساسية من الصف الرابع وحتى الثامن من خلال المقابلات والتقارير الذاتية، أشارت نتائج دراسته إلى أن الذكور أكثر استقواء من الإناث بمعدل ٤ إلى ٥ أضعاف، وأن شكل الاستقواء عند الذكور هـو السـيطرة وعرقلـة الحصـص والتصرف بقسـوة (الضرب). بينـما اقتصر الاسـتقواء عند الإناث على توجيه كلام بذيء وثرثرة وسـخرية واسـتهزاء. وأن ٢٥ بالمئـة مـن الأطفـال في المرحلة الأساسـية يتعرضون للاسـتقواء في سـاحة المدرسة ومرافقها. وأما أكثر أشـكال الاستقواء هي المهاجمة الجسدية والإثارة والمضايقة وأخيراً شـكل الاسـتقواء الجنسي،والاستقواء من خلال الانترنـت، والعصابات. وأكـدت الدراسـة على ضرورة الانتباه للإشـارات التحذيرية التي تعطي انطباعاً عن الطفل بأنه مستقو أوضحية.

وكذلك درس جوفـان، وجراهام، وسشسـتر (Juvonen, Graham, and Sctuster, 2003) الاسـتقواء بين الطلبة المراهقين ،حيث تألفت العينة مـن (١٩٨٥) طفـلاً معظمهم من السـود واللاتـين الأمريـكان من الصف السـادس في المناطق الريفية ذات المسـتوى الاقتصـادي والاجتماعي المتدني، طبقـت عليهم مجموعة مـن الأدوات منهـا تقارير الأقـران والتقارير الذاتية وتقارير المعلمين لتقدير سلوك الاستقواء لدى الطلبة، كما تم استخدام ثلاثة مقاييـس هي قائمـة الاكتئاب ومقيـاس القلق الاجتماعي ومقيـاس الوحدة النفسية. أشارت النتائج إلى أن (٢٢٪) من الطلبة صنفوا على أنهم مستقوون و(٩٪) عـلى أنهم ضحايـا و (٦٪) هم ضحايا مسـتقوون، وأن (٢٢٪) على حدود الاستقواء، وأن (٥٦٪) غير منغمسين في سلوك الاستقواء،وأشارت نتائـج الدراسـة إلى أن الاسـتقواء بـين الذكـور هـو ضعفـه عنـد الإنـاث، وأظهرت المجموعات المشـاركة في الاستقواء صعوبات ومشكلات دراسية ومشـكلات سلوكية متزايدة، وظهر المسـتقوون على أنهم أقوى ويستمتعون بالمكانـة العالية بين زملائهم، وفي المقابـل ظهر الضحايا على أنهم أكثر ضعفاً وأكثر حزناً ومهمشـون ومعزولون بين زملائهم.أما الضحايا / المسـتقوون (Bully /Victims) فقـد أظهـروا مشـكلات أكثـر مـع الرفـاق والزمـلاء، وكذلك في المشكلات المدرسية والسلوكية. كما وجدت الدراسة أن الضحايا لديهم مستويات أعلى في الاكتئاب، والقلق الاجتماعي والوحدة النفسية.

ودرس كلباتريك وكرس (Kilpatric and Kerres, 2003) تصورات الأطفـال لأهمية وتكـرار الدعم الاجتماعي للأطفـال الذين صنفوا على أنهم مسـتقوون أو ضحايـا أو ضحايا مسـتقوون، تضمنت العينـة (٤٩٩) طفلاً من الصف السـادس وحتى الثامن في مدرسـة متوسـطة في الريف الأسباني. قسـم الطلبة إلى ضحايا ومسـتقوين وضحايا / مستقوين وغير منغمسين في

الاستقواء،طبق عليهم مقياس Elliot(٢٠٠٠) للدعم الاجتماعي الذي يقيس تصوراتهم وإدراكاتهم للدعم الاجتماعي المقدم من قبل الوالدين والمعلمين والزملاء والأصدقاء. أشارت النتائج إلى أن (١٢٪) منهم كانوا مستقوين، و(١٦٪) كانوا ضحايا، و(١٣٪) كانوا ضحايا / مستقوين. كما أشارت النتائج إلى وجود اختلافات ذات دلالة بين المجموعات المختلفة في كل من تكرار الدعم وأهمية الدعم الاجتماعي من المصادر المختلفة. كما وجدت الدراسة أن الاستقواء الشفوي اللفظي المباشر وغير المباشر هو الأكثر شيوعا مثل:الشتم والسخرية والكلام البذيء والغيبة. والاستقواء الأقل شيوعاً كان:المهاجمة و التهديد بالسلاح أو استخدام السلاح في الإيذاء على الترتيب. وأشارت نصف العينة إلى أنها تعرضت إلى استقواء على الممتلكات والأشياء التي تخصها. وكانت مجموعة الضحايا / المستقوين هي الأكثر استقواءً، وأما الضحايا فقد كانوا من الأولاد أكثر منهم من البنات، وأن درجة استقواء الأولاد أكثر قليلاً من البنات، وأما البنات فقد ملن إلى الاستقواء غير المباشر أكثر من الأولاد.كما أكدت الدراسة بأنه ليس هناك اختلاف في المستويات الدراسية لكي يكون الطالب ضحية، وأن الصف السادس أكثر الصفوف مشاركة في عملية الاستقواء.

أما دراسةكرستنسن وسميث (Kristensen & Smith, 2003) فقد هدفت إلى دراسة استراتيجيات التكيف للطلبة الدنمركيين المصنفين كمستقوين وضحايا، وضحايا / مستقوين والطلبة غير المنغمسين في الاستقواء.تألفت العينة من (٣٠٥) أطفال من الصف الرابع وحتى التاسع، طبق عليهم مقياس أوليز (Olweus) المعدل لقياس الاستقواء وجمعت كذلك تقارير ذاتية من قبل المشاركين حول استراتيجيات التكيف التي يستخدمونها وهي: البحث عن الدعم الاجتماعي والاعتماد على النفس

وابعـاد المسـتقوي، وقبول المشـكلات وتجسـيد المشـكلات. أشـارت النتائج إلى أن (٦٥٪) مـن أفـراد الدراسـة غير مشـتركين في الاسـتقواء، وأن (٣٥٪) اشتركوا في الاستقواء المباشر: كالركل والضرب والدفع والسحب والاستيلاء عـلى الملكيـة وأخـذ المصروف،والتحطيم للأشـياء وكذلك في الاسـتقواء غير المباشر: مثل جعل الآخرين يكذبون ونشر الإشاعات بين الطلبة والطلب منهم كراهيـة فرد آخر،أو اسـتثناءه مـن المجموعة، أو إهماله. أشـارت النتائج إلى أن الضحايا يشكلون (١٦٪) من العينة والضحايا المستقوين (٥ , ٩٪) والمستقوين كانـوا (٢ , ٨٪) وأن الإنـاث أكثر من الذكور كضحايا للاسـتقواء، وأن العدد الأكبر من فئة الضحايا المسـتقوين كانوا مـن الأولاد، وفئة الضحايا كانت من الأطفال الأصغر سناً. أما الاستراتيجيات المستخدمة فقد كانت على النحو التالي وبالترتيب: الاعتماد على النفس وابعاد المستقوي والبحث عن الدعم الاجتماعي وأقل الاستراتيجيات كانت قبول المشكلات ثم تجسيد المشكلات.

وفي دراسـة قـام بها سـولبرج واوليـز (Solberg & Olweus, 2003) لتقديـر مدى انتشـار سـلوك الاسـتقواء بين طلبـة مدارس ولايـة بيرغن في النرويـج، وعلاقـة الاسـتقواء ببعـض المتغيرات.تكونت عينة الدراسـة من أطفـال من الصـف الخامس وحتـى الصف التاسـع بلغ عددهـم (٥٨٢٥) طفلاً :منهم ٢٥٤٤ أنثى،و ٢٦٢٧ ذكراً.أما أداة الدراسـة فقد كانت مقياس الاسـتقواء والذي احتوى على ٣٦ سؤالاً، بالإضافة إلى ترشيحات الأقران. أشـارت النتائج إلى أن الطلبة الضحايا أظهروا مسـتويات عالية من التفكك الاجتماعـي وتقييم الذات السـلبي، وميـول اكتئابية أكثر مـن غير الضحايا. أما الأطفال المسـتقوون فقـد أظهروا عدائية أكثر وسـلوكات غير اجتماعية، بالمقارنة مع المجموعات غير المشـتركة في الاسـتقواء، ولـدى مقارنة الذكور والإناث أظهرت النتائج تعرض الإناث للاستقواء أكثر من الذكور.

أمـا ايرلند وارشر (Ireland and Archer, 2004) فقد درسـا العلاقة بـين مقاييس العدوان والاسـتقواء بـين الطلبة الذكـور الجانحين، من خلال التقارير الذاتية وقائمة سلوك الشخص المباشر وغير المباشر، وكذلك استبانة حـول العدوان ومقيـاس الغضب والعدائية، تألفت العينـة من (٢٩١) فرداً أغلبهم من عمر (٧ـ١٦) سـنة. أشارت النتائج إلى أن (٣٣٪) منهم صنفوا عـلى أنهـم ضحايـا / مسـتقوون (Bully / Victims) وإن (١٢٪) ضحايـا بشـكل كامل، وإن (٢٠٪) هم مسـتقوون بشـكل كامل، وأن (٣٥٪) منهم غير منغمسـين في الاسـتقواء. كما أكدت الدراسـة على وجـود ارتباط ايجابي بين السـلوك الاسـتقوائي وسـلوك العدوان. وأظهر الضحايا / المسـتقوون اسـتجابة عدوانية عالية عـلى ضحاياهم في العدوان اللفظي والجسـمي، كما كانوا أكثر غضباً وعدوانيةً من المجموعات الأخرى.

وأكـدت دراسـة سـارة ووايـت (Sarah and White, 2005) التـي هدفـت إلى دراسـة العلاقة بين السـلوك الاسـتقوائي ومسـتوى الاسـتفزاز والمشـكلات السـلوكية، حيث تألفـت العينة مـن (٢٤٢) طفـلاً في المرحلة الثانويـة في بريطانيا، منهم (١٢١) ذكـراً و(١٢١)أنثى.تم تصنيفهم الى أربع فئات :ضحايا،أو مستقوين،أوضحايا/ مستقوين،أومحايدين (غير مشاركين في الاستقواء) طبقت عليهم ثلاثة مقاييس على الطلبة هي: مقياس مستوى الاستفزاز ومقياس العلاقات المدرسية، وكذلك مقياس القوى والصعوبات في العلاقات المدرسية. أشارت النتائج إلى أن المستقوين كانوا المستوى الأعلى في الاستقواء المباشر Direct Bullying، والاستقواء غيرالمباشر(العلاقات) Relational Bullying وكذلك المسـتوى الأعلى في الاسـتفزاز. كما أشارت الدراسـة إلى أهميـة خلو البيئة المدرسـية من الاسـتفزاز وضرورة توفير مناخ مدرسي بعيد عن إثارة سلوك الاستقواء.

أمـا دراسـة كيبنـك وسـنكير (Kepenekci & Cinkir ,2006) فقـد هدفـت إلى معرفة الاسـتقواء بـين طلبة المـدارس الحكومية العليـا في تركيا، حيـث تكونـت العينة مـن ٦٩٢ طالبـا وطالبة من طلبة المدرسـة الأساسـية العليـا للعام الدراسي ٢٠٠٠ / ٢٠٠١ اسـتخدم الباحثان الطريقة المسـحية لمعرفة المجالات الاسـتقوائية في المدرسة، واستبانة للتقدير الذاتي مكونة من ٢٨ فقرة مـن إعداد الباحثين، واسـتخدمت التحليلات الوصفية. أشـارت النتائـج إلى أن ٠ , ٣٣ بالمئة تعرضوا للاسـتقواء اللفظـي، وأن ٥ , ٣٥ بالمئة تعرضـوا لاسـتقواء جسـدي، وأن٦ , ١٥ تعرضـوا لاسـتقواء جنسـي عـلى الأقـل مرة واحدة في السـنة الحالية، وكان هناك اختلاف دال بين الجنسـين، فقد اسـتخدم الأولاد الاستقواء الجسدي متضمناً الرفس والصفع والهجوم بالسـلاح وحـركات جسـمية بذيئة.كما اسـتخدموا الاسـتقواء الشـفوي / اللفظـي متضمنـاً: مناداة الطفل باسـم لا يحبه والإهانة بالكلام كما أشـارت النتائج إلى أن أشـكال الاسـتقواء الأكثر انتشـاراً كانت: الدفع ١ , ٥٨ بالمائة عند الإناث، مقابل ٥ , ٦٣ عند الذكور ومناداة الطفل باسـم أو لقب لا يحبه ١ , ٤٤ عند الإناث، و٨ , ٦٦ عند الذكور.يليها نشر الإشاعات، والاستثناء مـن المجموعـة كاسـتقواء عاطفي،ثـم المهاجمـة الجنسـية، واللمـس باليـد، كاسـتقواء جنسي.وأظهرت الدراسة أن الاسـتقواء في تركيا مشكلة خطيرة، وأكـدت على ضرورة نشر الوعـي للمعلمين والآباء ومديـري المدارس عن أخطار الاستقواء.

كـما درس سـونجا وفرانكـوزي (Sonja and Francoise, 2006) السـلوك الاجتماعي وعلاقـة الأقران مـع الضحايا والضحايا / المسـتقوين وكذلـك المسـتقوين في مرحلـة ريـاض الأطفـال. تألفت عينة الدراسـة من (٣٤٤) طفلاً أعمارهم بين (٥ ـ ٧) سنوات، اعتمدت الدراسة على تقديرات

المعلمين وترشيحات الزملاء،حيث أكمل المعلمون استبانه حول أنماط السلوك الاجتماعي للأطفال. أشارت النتائج إلى أن الضحايا كانوا أكثر طاعة (Submissive) ولديهم مهارات قيادية قليلة، وكانوا أكثر انسحابية وأقل تعاونية وأقل اجتماعية، ويعانون بشكل دائم من قلة الأصدقاء في اللعب. وأما المستقوون فقد كانوا أقل اجتماعية وأقل قبولاً في المواقف الاجتماعية، ولكنهم أكثر مهارات قيادية من غير المنغمسين في الاستقواء،وكانوا أكثر استخداماً للاستقواء اللفظي من الاستقواء الجسدي.

كما درس كل من لويس وإليزابيث وكالي وريهانون وافشالوم وتير (Louise, Elizabeth, Kali, Rhianon, Avshalom, and Terrie, 2006) مساهمات ضحايا الاستقواء في مشكلات التكيف المدرسي في مرحلة الطفولة،حيث تألفت العينة من (٢٢٣٢) طفلاً في انجلترا، أعمارهم ما بين (٥ ـ ٧) سنوات، تم تصنيفهم إلى ضحايا أو مستقوين، أو ضحايا مستقوين (Bully / Victims) جمعت تقارير من المعلمين ومن الوالدين، حول مشكلات الأطفال وسلوكهم وتكيفهم المدرسي عندما كانوا في عمر خمس وسبع سنوات. أشارت النتائج إلى أن الضحايا، والضحايا المستقوين أظهروا مشكلات سلوكية تكيفية ومدرسية في عمر سبع سنوات. كما أظهرت الدراسة أن ضحايا الاستقواء يظهرون خلال السنة الأولى من الدراسة. وأكدت الدراسة أن الذكور يستخدمون الاستقواء المباشر أكثر من الإناث، وأن الحاجة ماسة لأن تبدأ برامج التدخل المدرسية خلال مرحلة الطفولة المبكرة، لأن الاستقواء خطر على البيئة المدرسية.

في دراسة حديثة للاستقواء في صربيا درس ميلوفانسفك ورادوجوفيك وديوسك (Milovancevic, Radojkovic & Deusic ,2007) الاستقواء

في مدارس صربيا الأساسـية كجزء من مشروع المـدارس الآمنة والخالية من العنف والاسـتقواء بدعم من منظمة اليونيسيف.درست تجارب ٢٦, ٩٤٧ طفلاً من المدارس الأساسـية كونهم ضحايا ومسـتقوين.أظهرت النتائج أن ٦٧ بالمئة واجهوا خلال الشهور الثلاثة الماضية نوعاً من الاستقواء، وأن ٢٤ بالمئة تعرضوا للاسـتقواء بشكل متكرر. وكانت الأشكال الأكثر شيوعاً من الاسـتقواء هي مناداة الطفل باسـم (إعطـاء ألقـاب) Calling Name ٣٣ بالمئـة، والـضرب Hitting ٣١ بالمئـة، والتهديـد Threatening ٢١ بالمئة، وأكـدت الدراسـة عـلى ضرورة العمـل عـلى زيـادة الوعي ودعـم الأطفال وحمايتهم من الاستقواء.

من خلال الدراسات السابقة يرى الباحث أن الاستقواء مشكلة عالمية، تحـدث بين أطفال المدارس عبر الكرة الأرضية كلها، وأن نسـب الاسـتقواء اختلفت عبر الأقطار المختلفة.وأكدت الدراسـات أن الاستقواء بين الذكور أكثـر منـه عنـد الإنـاث (Olweus, 1991; White lock, 1997; Kristensen and Smith, 2003; Wolke et al, 2002; Solberg & Olweus, 2003) وانـه يختلـف باختـلاف الجنسـين فهو عند الذكور اسـتقواء مباشر يسـتخدم فيـه الذكور الـضرب والدفـع بالأيدي والأرجـل وكذلك يسـتخدمون إعطاء الألقاب والشـتم في الشـكل اللفظي. في حين تسـتخدم الإناث الاسـتقواء غير المباشر كالتجاهل والسـخرية والإقصاء والإشـاعة، وان أكثر اشكال الاستقواء هو الشكل اللفظي.

(Juvonen, Graham, and Sctuster, 2003; Ireland and Archer, 2004; Sonja and Francoise, 2006; Kepenekci &Cinkir ,2006)

كما أظهرت دراسة Ireland and Archer, 2004 أن الشكل اللفظي والجسدي للاستقواء كان قد احتل المركز الأول. في حين أن دراسة SolBerg &Olweus,2003 أكدت أن الإناث تعرضن للاستقواء أكثر من الذكور.

غير أن هذه الدراسات اتفقت على أن الاستقواء ظاهرة خطيرة، وإن المجتمع بكافة أطرافه مطلوب منه التعاون في وضع برامج وقائية وعلاجية لظاهرة الاستقواء، كما أكدت هذه الدراسات على أهمية التدخل المبكر لعلاج الظاهرة.

٤ . ٢ الدراسات التي تناولت برامج إرشادية وعلاجية للتنمر

من أوائل الدراسات التي استخدمت برامج إرشاد جمعي هي دراسة اوليز (Olewus, 1991) والتي طبقها على طلبة المرحلة الأساسية الدنيا والعليا من الصف الأول وحتى الصف التاسع، للأعمار من ٦ ـ ١٥ سنة، والبرنامج يهدف إلى تخفيض سلوك الاستقواء وهو متعدد المستويات يهدف لخلق بيئة مدرسية وأسرية آمنة، وتخفيض سلوك الاستقواء من خلال إثارة الوعي للأسرة والمعلمين والضحايا والمستقوين من الطلبة والبيئة الاجتماعية المحيطة. وتضمن الجزء المخصص للمستقوين تطوير مهاراتهم، وتحسين إدراكهم، وإكسابهم مهارات اجتماعية، وقيما إنسانية، ومهارات تكوين الأصدقاء، ومهارات الاتصال المناسبة، وكذلك تنمية إمكاناتهم وقدراتهم. وأشارت النتائج إلى فعالية البرنامج في تخفيض سلوك الاستقواء لدى الطلبة في المجموعة التجريبية مقارنة مع الضابطة بنسبة ٥٠ بالمئة، ولقي البرنامج ترحيباً كبيراً في كل الدول التي تم استخدامه فيها.

وفي دراسة قامت بها سجوّا (Schowe, 1998) حيث أعدت برنامجاً لوقف الاستقواء بين طلبة المرحلة الأساسية من الصف الأول وحتى الصف السادس الأساسي، تضمن البرنامج ٩ جلسات، أكدّت على المهارات الأساسية اللازمة للمستقوين، مثل التعاطف واحترام حقوق الآخرين وتخليصهم من الأفكار غير المناسبة، من خلال الأنشطة والتمارين. أشارت النتائج إلى تحسّن مجموعة المستقوين بنسبة ٧٦٪ وحقق الطلبة نجاحاً أكاديمياً واجتماعياً جيداً.

كما طبقت لمبر (Limber, 1998) برنامجاً إرشادياً جمعياً هدف لتخفيض الاستقواء لدى الطلبة في المرحلة الأساسية والمتوسطة في كولومبيا، بإشراف جامعة كالورينا،حيث استغرق البرنامج ٦ جلسات،جلسة أسبوعيا بمعدل ٦٠ دقيقة لكل جلسة. طبق قياس قبلي وبعدي على الطلبة، تم تدريب الطلبة على نشاطات وتمارين ولعب أدوار،ومناقشات جماعية لتخليصهم من الأفكار والسلوك الاستقوائي .أشارت النتائج إلى أثر البرنامج وفعاليته،عند مقارنة المجموعة التجريبية بالمجموعة الضابطة.

وأعدّ بين (Beane, 1999) وهو رائدُ في إعداد البرامج، وله العديد من الكتب، والأبحاث في الاستقواء برنامجاً إرشاديا جمعياً، على طلبة المرحلة الأساسية الدنيا، والعليا،حيث تم تطبيق البرنامج في العديد من المدارس في الولايات المتحدة باعتباره برنامجاً نموذجياً. هدف البرنامج لتخفيض سلوك الاستقواء بين الطلبة المستقوين، وادخل البرنامج الأهل والمعلمين والبيئة المدرسية في البرنامج التدريبي لتزويدهم بالمهارات الضرورية اللازمة لمساعدة المستقوين. درب الطلبة المستقوين خلال٩ جلسات، مدة كل منها ٦٠ دقيقة، على مهارات وأنشطة يتعلم منها المستقوي:مثل التعاطف،

والتعامـل مع الآخرين باحترام، ومراعاة حقوقهم ومشـاعرهم، واكتشـاف طرق ايجابية للشعور بالقوة، وتحمل المسؤولية، وإدارة الغضب، وغيرها من الاستراتيجيات. أشـارت النتائج إلى فعالية البرنامـج، حيث كان ذا دلالة في تخفيض السلوك الاستقوائي، وطبق في العديد من الدول الأوروبية.

وفي دراسـة قام بها سـتيفنز واوتس وبورداديـوج (Bourdead- 2002 hui Oots & Stevens) لدراسـة أثر برنامج إرشاد جمعي معرفي في تخفيض سـلوك الاسـتقواء على الطلبة في المرحلـة الثانوية، تم اختيـار مجموعتين من الطلبـة: مجموعـة تجريبيـة ومجموعة ضابطة، واسـتخدم قيـاس قبلي وبعدي لقيـاس الاسـتقواء. تم تدريب الطلبـة على مهارات فض النـزاع والتعاطف وتحسـين اتجاهاتهم نحو الضحايا ومناقشـتهم بمخاطر الاسـتقواء .أشارت النتائج إلى أثر البرنامج في تخفيض سـلوك الاسـتقواء وتحسن اتجاهاتهم نحو الضحايا والتعاطف معهم وحل الخلاف ودياً.

وأعدت مكارثي (Mc Carthy 2003) برنامجاً لمنع الاستقواء المدرسي، في ولايـة فرجينيـا، تحـت عنوان الطـرق الإيجابيـة والسـلمية في التعامل بين الطلبة. تكونـت عينـة الدراسـة من طلبة الصف السـادس والسـابع تتراوح أعمارهـم مـن ١٢ ـ ١٣ سـنة، من المختلفـين عرقياً. طبق عليهـم مقياس قبلي لسـلوك الاسـتقواء، ثم طبق برنامج تكون من ٦ جلسات، تضمن التدريب مهارات حل المشكلات، والوعي بالمشاعر وقبول الاختلافات والتوسط بين الأقران والاسترخاء، وحل النزاعات سلمياً. أظهرت النتائج تحسناً ملحوظاً دالاً بين الطلبة المشاركين في البرنامج مقارنة مع المجموعة الضابطة.

وأعـدت بلـدري (Baldry, 2003) برنامـج إرشـاد معـرفي لتخفيض سـلوك الاسـتقواء بين الطلبة في المرحلتين الأساسـية والثانوية، حيث هدف

البرنامج لزيادة الوعي بمخاطر سلوك العنف والاستقواء، وتحسين المهارات الاجتماعية والمناخ المدرسي. تم اختيار مجموعة تجريبية مكونة من ١٢ طالباً وأخرى ضابطة. طبق عليهم مقياس قبلي لسلوك الاستقواء تعرضت المجموعة التجريبية، لبرنامج مدته ٤ جلسات، جلسة واحدة أسبوعيا بالإضافة لجلسة التقييم. أشارت النتائج إلى فعالية البرنامج في تخفيض الاستقواء اللفظي والجسدي لدى الطلبة الصغار و الكبار مقارنة مع المجموعة الضابطة.

أما برنارد (Bernard, 2004) فقد أعد برنامجاً إرشادياً جمعياً باستخدام النظرية العقلانية الانفعالية Rational – Emotive Behavior Therapy لمدة ٣ شهور،بمعدل ١٢ جلسة، طبق على مجموعة من الطلبة في المرحلة الأساسية بمعدل جلسة واحدة اسبوعياً. اهتم البرنامج بإثارة الوعي لسلوك الاستقواء في أوساط المعلمين والطلبة. تناولت كل جلسة بعض الأفكار، والتمارين، التي تهدف إلى تعديل وتغيير الأفكار اللاعقلانية وتحديها ـ التي تدفع للاستقواء ـ ، وتغيير حديث الذات، وإحلال أفكار مناسبة مكانها، وتعليمهم الاسترخاء، وكيف يكونون أكثر تحملاً، وسيطرةً على الغضب والانفعال، والنظر للأمور بموضوعية، وتوضيح العلاقة بين A الأحداث وB المعتقدات و Cالنتائج، وكذلك المرونة العاطفية، ومناقشتهم بقائمة للأفكار السلبية Negative Ways of Thinking Checklist وتحديها، ومجموعة أخرى من التمارين.أشارت النتائج إلى فعالية البرنامج في تخفيض سلوك الاستقواء بين الطلبة في المجموعة التجريبية وأوصى الباحث باستخدام البرنامج.

واستخدم شور (Shore, 2005) برنامج إرشاد جمعي قائم على الإرشاد

من خلال القراءة Bibilion Counseling لطلبة المرحلة الأساسية المستقوين ٢٠ طالباً تراوحت أعمارهم مابين (٩ ـ ١٢) سنة، استغرق البرنامج ستة أسابيع ،بمعدل ست جلسات، استغرقت كل جلسة (٩٠) دقيقة، يدور فيها نقاش حول قصة معينة، بالإضافة إلى تمثيل أدوار على المسرح، وعرض وجهات نظر للطلبة. أشارت النتائج إلى فعالية البرنامج المستخدم في تخفيض السلوك الاستقوائي.

وعدل أوليز (Olewus, 2005) من البرنامج القديم الذي أعده في عام ١٩٩١ وطبقه على طلبة المرحلة الأساسية في النرويج في٤٥٠ مدرسة،حيث قام بدراسة استخدم فيها تصميماً شبه تجريبي، ٣ مجموعات تضم كل مجموعة ٧ طلاب في كل مجموعة، طبقت استبانة اوليز للمستقوي/ الضحية، حيث أجري للمجموعات قياس قبلي واستمر البرنامج ٦ أشهر. أشارت النتائج إلى فعالية البرنامج حيث خفض بدرجة كبيرة سلوك الاستقواء بمعدل ٣٢ ـ ٤٩ بالمئة من السلوك الاستقوائي.

وفي دراسة قام بها كريزر (Kraizer, 2005) لتطبيق برنامج للإرشاد الجمعي، للمستقوين١٧ طفلاً، والضحايا١٢ طفلاً كل على حدة. حيث طبق البرنامج على الطلبة من الصف الخامس وحتى نهاية المرحلة الثانوية، ركّز البرنامج على تعليم المستقوين الإحساس بالمشاعر، وخلق علاقات تعاون، واحترام بين الطلبة، وتغيير الأفكار التي تدفعهم للاستقواء، وإيجاد معايير يحتكم إليها الطلبة في سلوكهم. استمر البرنامج لمدة ٣ شهور، بمعدل جلسة اسبوعياً، أثبت البرنامج فعالية في وقف وتخفيض السلوك الاستقوائي عند المقارنة بين المجموعة التجريبية التي تعرضت للبرنامج والمجموعة الضابطة وطبق البرنامج في العديد من الدول الاوروبية.

وفي دراسـة حديثة طبق بيير ولوزانو وريفـيرا (Bauer,lozano &Ri-vara ,2007) برنامـج اوليـز ١٩٩١ لتخفيـض سـلوك الاسـتقواء. هدفت الدراسة لتقدير كفاءة البرنامج في تخفيض سلوك الاستقواء بين طلبة المدارس الأساسية حيث طبقه على ٧ مجموعات تجريبية تعرضت للبرنامج الارشادي ؛كـما ان ثـلاث مجموعـات لم تتعـرض للبرنامـج (مجموعـات ضابطـة). تم اختيارهم بطريقة قصدية تعاني من سـلوكات اسـتقوائية: مثل نشر إشاعات وإقصاء اجتماعي واسـتقواء جسمي: ركل ودفع وضرب. اجري لهم اختبار قبـلي وبعدي وأكدت الدراسـة عـلى ضرورة الانتبـاه لأثر العـرق والثقافة. وأشـارت الدراسة إلى أثر البرنامج في تخفيض السـلوك الاستقوائي، وعدّل البرنامج من اتجاه وإدراك الطلبة نحو الاستقواء.

مما سـبق يرى الباحث أن التدخلات الإرشـادية المعرفية والبرامج التي استهدفت المستقوين Bullies وضرورة تخليصهم من أفكارهم (الخاطئة) التي تدفعهم للاستقواء، وتزويدهم بالمهارات الاجتماعية، وتعزيز القيم الإنسانية لديهم،وتغيـير حديثهـم الـذاتي كانت فعالـة وذات دلالة في تخفيض سـلوك الاسـتقواء، وقد أشـار لذلك كل مـن(Olewus,1991; Schowe,1998; Limber, 1998 ; Beane 1999; Baldry ,2003; Bernard , 2004; (Kraizer,2005;Shore 2005, Bauer,lozano &Rivara ,2007

من خلال الدراسـات السـابقة يمكـن ملاحظة أن بعضهـا أجري على الطلبـة في المرحلـة الأساسـية مثـل (Olweus, 1991; Schowe, 1998; Beane, 1999; Bernard, 2004) وبعضهـا عـلى طلبـة المرحلة المتوسـطة (Limber, 1998; Mc Carthy, 2003) والبعـض الآخر على طلبة المرحلة الثانويـة (Stevens, Oots & Bourd Eaudhui, 2002;) وكانـت معظم

الدراسات جلسة واحدة أسبوعيا. وكانت نسبة التحسن في تخفيض سلوك الاستقواء متفاوتة تراوحت ما بين ٧٦٪ كما في دراسة (Schowe, 1998) إلى ٤٩٪ كما في دراسة (Olweus, 2005). بعض هذه البرامج استمر لمدة ٦ أشهر (Olweus, 2005) وبعضها استمر لمدة ٣ أشهر (Kraizer, 2005) والآخر ٦ أسابيع (Limber, 1998).

اعتمدت أغلب البرامج على تغيير البناء المعرفي عند الفرد المستقوي وتحسين مهاراته وغرس قيم إيجابية لديه وإيجاد جو مدرسي آمن خال من الاستقواء. كما أكدت على إشراك الأهالي، والمعلمين، والبيئة المدرسية والمجتمعية، وكافة الأطراف ذات الأثر في الاستقواء، من خلال تدريبهم وتوعيتهم بنتائج السلوك الاستقوائي، وكذلك العمل على أن تكون المدرسة خالية من الاستقواء وأنه غير مسموح به في المدرسة،وتطوير قوانين مناسبة، وزيادة الإشراف على المرافق العامة في المدرسة، كما ينبغي مراعاة الاعتبارات الثقافية في إعداد البرامج بما يتناسب مع ثقافة المجتمع.

من خلال الدراسات السابقة لابد من العمل على إيجاد جو مدرسي خال من الاستقواء من خلال :

١ ـ سياسة عدم احتمال الاستقواء (ان الاستقواء في البيئة المدرسية غير مسموح) وذلك بالانتباه للطلبة خاصة الضعفاء أو الأصغر حجماً وملاحظة سلوكهم والإشراف المباشر على الساحات والمرافق المدرسية .

٢ ـ زيادة التواصل والتعاون بين البيت والمدرسة .

٣ ـ عمل لقاءات إرشادية من قبل المرشد النفسي مع ا الطلبة .

٤ ـ توعية للطلبة لسلوك العنف والاستقواء وآثاره الخطيرة على الأفراد جميعاً، وضرورة الاستماع لهم .

ويمتاز الكتاب بإعداد مقياس من أجل معرفة الطلبة المستقوين ،كما يمتاز بتناوله جملة من المؤشرات لمعرفة المستقوين بعكس بعض الدراسات التي اعتمدت على مؤشر واحد أو أكثر،كما يمتاز بادخاله مفاهيم دينية وآيات قرآنية في البرنامج الارشادي الذي أعدّ لكي يعمل على تغيير أفكار الفرد وبما يناسب الثقافة العربية والإسلامية سيما وأنه لم تجر دراسات على البيئة المحلية فهي من أوائل الدراسات في هذا المجال

٤ . ٣ ملخص دراسة بعنوان «أشكال سلوك الاستقواء السائدة لدى عينة من طلبة المرحلة الأساسية العليا» في مدارس البادية الشمالية الأردنية

هدفت الدراسة إلى التعرف إلى أشكال سلوك الاستقواء لدى عينة من طلبة المرحلة الأساسية العليا في لواء البادية الشمالية في الأردن، وبالتحديد حاولت الدراسة الإجابة عن مجموعة من الأسئلة تتضمن حجم الاستقواء وأشكاله ومستواه، ومدى الاختلاف في الاستقواء من حيث الحجم، والمستوى حسب الجنس .

ولتحقيق هذا الغرض قام الباحثان بإعداد مقياس للاستقواء وأشكاله مكون من ٤٥ فقرة حيث يتكون المقياس من خمسة مجالات هي : (اللفظي والجسمي والاجتماعي والجنسي والاستقواء على الممتلكات) . وقام الباحثان بالتأكد من صدق وثبات المقياس، و طبق المقياس على عينة مكونة

مـن (١٩٣) طالبـاً وطالبـة بهـدف التعـرف على الطلبـة المسـتقوين وحجم الاستقواء في المدارس الأساسية .

أظهرت النتائج أن نسبة المستقوين كانت (٧, ٩٪)، وأن (٩, ١٢٪) مـن الطلبـة يمارسـون الاسـتقواء الاجتماعـي، وأن(٣, ١١٪) مـن الطلبـة يمارسـون الاسـتقواء الجسـمي وكذلـك أن (٩, ٧٪) يمارسـون الاسـتقواء اللفظي، وأن (٦, ٦٪) يمارسـون الاستقواء على الممتلكات ،وأن(٦, ٥٪) يمارسون الاسـتقواء الجنسي . وأظهرت بأن الاستقواء وأشكاله قد كان أقل بفارق جوهري لدى الإناث منه لدى الذكور .

الكلمات المفتاحية: الاسـتقواء، ، الاسـتقواء المـدرسي، طلاب المرحلة الأساسية .

مشكلة الدراسة وأسئلتها

الاسـتقواء ظاهرة موجهة من طفل إلى آخـر في مثل عمره أو أصغر منه قليلاً وفي هذه الحالة يصبح الخطر أكبر، والنتائج الحالية على الأطفال الضحايا والمسـتقوين ذات أثـر بالـغ حيث يعـاني الضحايـا من الانعـزال الاجتماعي «الانسـحاب» والرفض والاضطهاد والمضايقة وعدم الأهمية وكذلك الأداء الأكاديمـي المنخفض وكذلك النتائج المسـتقبلية خطرهـا كبير حيث يتحول بعض الضحايا إلى مسـتقوين.وأما المسـتقوون فيطورون أنماطاً من السـلوك اللااجتماعي والإجرامي وتعاطي الكحول والمخدرات واستخدام السلاح.

وحظي الاسـتقواء في البلدان الغربية والمتقدمة بدراسات كثيرة تناولت كافـة أشـكاله وأنواعـه والفئات المشـاركة فيه جميعهـا والعوامـل المؤثرة فيه واهتمـت المـدارس بالقوانـين التي تمنـع الاسـتقواء والاضطهـاد والإذلال

المقصـود والمتكـرر في المدرسـة والمجتمـع مثل: قانـون المـدارس الخالية من السـلاح وقوانين فيدرالية أخرى في الولايات المتحدة. ولكون هذا السـلوك يحـدث في الخفـاء وبعيـداً عن أعـين الكبـار والعاملين في المدرسـة فان هناك حاجة للبحث ودراسـة هذا السـلوك في مدارسـنا سـيما وأنـه في حدود علم الباحثين لم تجرِ دراسـات على الاسـتقواء في البيئة العربية والمحلية، من أجل ذلـك فقد سـعت هـذه الدراسـة إلى محاولة التعرف على أشـكال الاسـتقواء ومسـتواه لدى طلبة المرحلة الأساسية في الأردن ، وبشكل محدد فإن مشكلة الدراسـة تتلخص بدراسة ملامح الاستقواء «وفقاً للتعريف المشار إليه»بين طلبـة المرحلة الأساسـية في مديرية تربية البادية الشـمالية الغربية الأردنية من خلال الإجابة عن السؤالين التاليين:

١ـ ما حجم الاستقواء ؟ وأشكاله ؟ ومستواه ؟

٢ـ هل يختلف حجم الاستقواء،وشكله، باختلاف الجنس ؟

أهمية الدراسة

تتحدد أهمية الدراسة الحالية في أنها:

١ ـ تلفـت نظر المربين والمعلمين ومدراء المدارس والمرشـدين التربويين لسلوك الاستقواء ونتائجه الخطيرة على الطلبة.

٢ ـ توجـه نظر المجتمـع إلى التعاون مع المدارس لإنجـاح البرامج التي تهدف إلى تقليص الاستقواء وتخفيضه والتصدي له.

٣ـ تتنـاول موضوعـاً مهماً والذي لم يلقَ البحـث الكافي في البيئة العربية والمحليـة حيث لم يجد الباحثان في حدود علمهما دراسـة واحدة عن الاستقواء .

التعريفات الإجرائية

الاستقواء: إيقاع الأذى الجسمي أو النفسي أو العاطفي أو المضايقة أو الإحراج أو السخرية من قبل طالب مستقوٍ على طالب آخر أضعف منه، أو أصغر منه أو لأي سبب من الأسباب وبشكل متكرر، ويقاس هذا السلوك من خلال الدرجة التي يحصل عليها مقياس السلوك الاستقوائي وتحتوي على المجالات الخمسة التالية: الاستقواء الجسمي واللفظي والجنسي والاستقواء على الممتلكات والاستقواء الاجتماعي.

الطلبة المستقوون: هم أولئك الطلبة الذين يعتدون على الآخرين بالضرب أو اللفظ أو المضايقة النفسية أو العاطفية بشكل متكرر دون حدوث توازن بينهم وبين الطلبة ضحاياهم في المجالات الجسمية والعقلية ويتم التعرف عليهم من خلال مقياس السلوك الاستقوائي المستخدم ملحق رقم (١) وكذلك تقديرات المعلمين، وملاحظات المرشد النفسي، والمقابلات للطلبة من قبل الباحثين. ويعرف المستقوون إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الاستقواء المستخدم في هذه الدراسة وملاحظات المعلمين والمرشد النفسي.

محددات الدراسة

تتحدد الدراسة بما يأتي:

١ ـ اقتصرت الدراسة على دراسة أشكال الاستقواء وحجمه ومستواه لدى عينة من طلبة المرحلة الأساسية العليا والذين تتراوح أعمارهم ما بين ١٣ ـ ١٦ عاماً في مديرية التربية والتعليم في لواء البادية الشمالية الغربية في الأردن للعام ٢٠٠٦ ـ ٢٠٠٧.

٢ ـ اقتصرت هذه الدراسة على استخدام أداة الدراسة المحدد بها الاستقواء ومؤشرات صدقها وثباتها وهي من إعداد الباحثين.

الطريقة والإجراءات

منهجية الدراسة

استخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي لملاءمته لطبيعة المشكلة ومتغيراتها .

مجتمع الدراسة وعينته

تكون مجتمع الدراسة من (٣٧٥٠) طالباً وطالبة من خلال إحصائيات قسم التخطيط في مديرية التربية والتعليم للواء البادية الشمالية الغربية للعام الدراسي ٢٠٠٦/ ٢٠٠٧ والذين تراوحت أعمارهم مابين ١٣ ـ ١٦ عاما من الصف السابع الأساسي وحتى الصف العاشر. وتم اختيار عينة عشوائية طبقية من مدرستين تابعتين لمديرية التربية والتعليم للواء البادية الشمالية الغربية مكونة من (١٩٣) طالبا وطالبة، وتم الوصول إليهم كمرحلة أولية من خلال ملاحظات المرشدين والمرشدات في هذه المدارس، وسجل المقابلات الفردية ، وتقديرات مربي الصفوف، ومقابلة الباحثين لبعض أفراد العينة، وتم اعتبار هذه العينة كعينة المستقوين ،وتم تطبيق المقياس الخاص بالاستقواء عليهم للتعرف على مستوى وحجم الاستقواء ، والجدول (٣) يوضح توزيع أفراد الدراسة حسب متغير الجنس:

الجدول رقم (٣)

توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس

الجنس	العدد		النسبة المئوية	
	الفرعي	الكلي	الفرعية	الكلية
ذكر	٦٧	١٩٠	٣٥,٣٪	١٠٠,٠٪
أنثى	١٢٣		٦٤,٧٪	

أدوات الدراسة

اشتملت أداة الدراسة على مقياس سلوك الاستقواء بعد اطلاع الباحثين على عدد من المقاييس في الاستقواء مثل: كيبنك وسنكير (Kepenekci & Cinkir, 2006). ووستيون وماه (Stewin&Mah,2001)، وبين (1999 Beane) للسلوك الاستقوائي، ومقاييس أخرى مثل أوليزي (Olweus, 1993)، ولورا وادوارد (Lura&Edward,2004). وجآنا وكورنيل وشيراز (Jaana,Cornell &Sheras,2006)، ولورين (lorin,2004) و(فيلد، ٢٠٠٤) وبناء على ذلك تم بناء مقياس لسلوك الاستقواء للطلبة في المرحلة الأساسية، مكون في صورته الأولية من ٤٨ فقرة موزعة على أشكال الاستقواء الخمسة التالية (اللفظي والجسمي والاجتماعي والجنسي والاستقواء على الممتلكات)

صدق وثبات المقياس

أولاً: صدق المقياس

١ ـ صدق المحكمين

قام الباحثان بعرض المقياس على لجنة من المحكمين (١٠) من أساتذة الجامعات الأردنية الحكومية من ذوي تخصص الإرشاد النفسي وعلم النفس التربوي، وقد تم حذف وتعديل الفقرات التي رفضت من قبل ٧ من المحكمين من أصل ١٠ أعضاء هيئة تدريس وعد اتفاق ٧ محكمين هو المعيار لبقاء الفقرة أو حذفها ضمن المجال الذي تنتمي إليه. ويتكون المقياس من الأشكال التالية: (١) الاستقواء اللفظي. (٢) الاستقواء الجسمي. (٣) الاستقواء الجنسي. (٤) والاستقواء الاجتماعي. (٥) والاستقواء على الممتلكات. وقد تكون المقياس في صورته الأولية من٤٨ فقرة . وتم حذف ٣ فقرات بناء على رأي المحكمين وأصبح المقياس في صورته النهائية مكوناً من ٤٥ فقرة.

ويتضمن المقياس خمسة أشكال هي:

الاستقواء في الشكل اللفظي: ويتضمن هذا الشكل ١٠ فقرات هي: قيام الفرد بتوجيه السبّ، والشتم، والصراخ على الآخرين، ونشر الشائعات، والسخرية، والكلام البذيء، الألقاب والأسماء التي ينادى بها على المسترشدين المستقوى عليهم، وهي الفقرات:٩ ،٧ ،٣ ،٢ ، ٤٣، ٤٠ ، ٣١ ، ١٥،٢٤ ،١٠ .

الاستقواء في الشكل الجسمي: ويتضمن ١٠ فقرات هي الضرب، القرص، الشد من الشعر أو الأذن، العرقلة،الدفع، واستخدام أدوات حادة وهي الفقرات:٣٨ ،٣٣،٣٥ ،٢٦ ،٢٢ ،١٢ ،٥ ،٤ ،١ .

الاستقواء في الشكل الاجتماعي :ويتضمن ١٤ فقرة هي المضايقة، والإقصاء،والغيرة من نجاح الآخرين، وتشويه السمعة، والإذلال،والرغبة في السيطرة عليهم، ويتضمن الفقرات التالية:٤٢،٣٩ ، ٣٦، ٣٢،٣٠ ، ٢٩، ٢٧، ٢٣، ٢١، ١٩، ١٧، ١٣، ١١، ٦.

شكل الاستقواء على الممتلكات :ويتضمن ٦ فقرات هي أخذ ممتلكات المسترشدين بالقوة،وتخريبها وإتلافها، وسرقتها،وإنكار أخذها،ويتضمن الفقرات : ٤٥ ،٢٨ ،٢٥ ،١٨ ،١٤ ،٨ وهي.

الاستقواء في الشكل الجنسي: وهو ٦ فقرات هي إصدار ألقاب جنسية، اللمس بطريقة لاخلاقية، التحرش الجنسي، والإجبار على الحديث في أمور جنسية، ويتضمن الفقرات التالية:٤٤ ،٤١ ،٣٧ ،٣٤ ،٢٠ ،١٦ .

٢ ـ صدق البناء

قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (٣٠) طالباً وطالبةً من عينة الدراسة، وقد تم اعتبار ارتباط الفقرة بالعلامة الكلية وارتباط الفقرة بالبعد محكاً للصدق، والإبقاء على الفقرات التي ترتبط بالبعد والعلامة الكلية بمقدار ٢٥ , ٠ فأعلى، وتبين أن الفقرات في المقياس جميعاً أوفت بهذا المعيار ولم تحذف ولا فقرة، وبذلك بقي المقياس في صورته النهائية ٤٥ فقرة موزعة في خمسة أشكال هي: الاستقواء في الشكل الجسمي واللفظي والاجتماعي والجنسي والاستقواء على الممتلكات. وتمت الإجابة

عـن كل فقـرة من فقرات المقياس حسـب تدريج خماسي مكـون من ٥ فئات هـي (دائماً،وغالباً،وأحياناً،ونادراً،وأبداً) مثلـت فيها الدرجة « دائماً » درجة مرتفعـة جـداً من الاسـتقواء، والدرجة «غالبـاً » درجة مرتفعـة، في حين أن الدرجـة «أحيانـاً» تمثل درجة معتدلة، وأما الدرجـة «نادراً» فهي تمثل درجة قليلة جداً، وأما الدرجة أبداً فلا تمثل اسـتخداماً للاسـتقواء. كما تم حساب ارتبـاط الأبعـاد بالعلامـة الكلية للمقياس وقـد كانت الارتباطـات مرتفعة وذات دلالـة إحصائية عند مسـتوى α= ٠٥ , ٠ وتراوحـت ما بين (٤٧ , ٠ ـ ٨٥ , ٠).

ثانياً: ثبات المقياس

للتأكد من ثبات المقياس قام الباحثان باستخدام ثبات الاتساق الداخلي المحسوب باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، وطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test – Retest) لقياس معامل ثبات الاسـتقرار من خلال تطبيق المقياس عـلى عينـة مكونة مـن ٣٠ طالباً مـن طلبة المرحلـة الأساسـية، وذلك كما في الجدول (٤).

الجدول رقم (٤)

معامل الثبات بطريقة كرونباخ ألفا وطريقة الاستقرار

المجال	ثبات الاستقرار	ثبات الاتساق الداخلي	عدد الفقرات
الاستقواء الجسمي	٠,٦٤	٠,٩١	٩
الاستقواء اللفظي	٠,٦٥	٠,٩٣	١٠
الاستقواء الاجتماعي	٠,٧٤	٠,٩٣	١٤
الاستقواء على الممتلكات	٠,٦٧	٠,٨٦	٦
الاستقواء الجنسي	٠,٧٠	٠,٩١	٦
المقياس الكلي	٠,٧٦	٠,٩٩	٤٥

طريقة تصحيح مقياس الدراسة:

يصحح مقياس الدراسة ضمن التدريج المطلق وكما يلي: أبداً للمتوسطات من (صفر ـ إلى ٤٩ , ٠)،نادرا من ٥٠ , ٠)ـ إلى ـ(٤٩ , ١ أحياناً من (٥٠ , ١ إلى ـ (٤٩ , ٢ غالباً من (٥٠ , ٢ إلى ٤٩ , ٣) دائماً من (٥٠ , ٣ إلى ٠٠ , ٤).

المعالجات الإحصائية:

للإجابة عن الجزء الأول من السؤال الأول فقد تم حساب النسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل من الدرجة الكلية والدرجات الفرعية لأشكال الاستقواء.

للإجابة عن الجزء الثاني من السؤال الأول فقد تم حساب النسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل فقرة من فقرات الدرجات الفرعية لأشكال الاستقواء.

وللإجابة عن السؤال الثاني تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للدرجة الكلية للاستقواء ثم اتبعت بإجراء اختبار ت للعينات المستقلة على الدرجة الكلية للاستقواء حسب متغير الجنس.

نتائج الدراسة ومناقشتها

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما حجم الاستقواء؟ وأشكاله ؟ ومستواه؟

للإجابة عن هذا السؤال؛ ونظراً لاشتماله على جانبين الأول منهما يتناول الدرجة الكلية للاستقواء بالإضافة إلى الدرجات الفرعية لأشكال الاستقواء، والآخر منهما يتناول فقرات كل شكل من أشكال الاستقواء، ولهذا تم تجزئته إلى جزأين على النحو الآتي:

فيما يتعلق بالدرجة الكلية والدرجات الفرعية لأشكال للاستقواء: تم حساب النسب المئوية للطلبة المستجيبين ضمن كل تدريج من تدريجات مقياس الاستقواء وأشكاله، بالإضافة إلى حساب المتوسط الحسابي بهدف ترتيب الدرجات الفرعية لأشكال الاستقواء ترتيباً تنازلياً وفقاً للمتوسط الحسابي، وكذلك تم حساب الانحراف المعياري للدرجة الكلية والدرجات الفرعية للاستقواء وذلك كما في الجدول (٥).

الجدول رقم (٥)

النسب المئوية* والانحرافات المعيارية الخاصة بالدرجة الكلية والدرجات الفرعية للاستقواء مرتبة تنازلياً وفقاً لمتوسطاتها الحسابية**

رقم المجال	الرتبة	المجال	النسبة المئوية ضمن كل تدريج: أبداً	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	عدد الفقرات
٣	١	الاجتماعي	٥٤,٨	٢٠,٩	١١,٣	٦,٠	٧,٠	٠,٨٩	٠,٦٥	١٤
			٧٥,٨			١٢,٩				
١	٢	الجسمي	٥٩,٢	١٩,٣	١٠,١	٦,٠	٥,٣	٠,٧٩	٠,٧٣	٩
			٧٨,٥			١١,٣				
٢	٣	اللفظي	٥٩,٦	٢٣,١	٩,٤	٥,١	٢,٨	٠,٦٨	٠,٦١	١٠
			٨٢,٧			٧,٩				
٤	٤	الممتلكات	٧٧,٧	٩,٩	٥,٨	٣,٢	٣,٣	٠,٤٥	٠,٦٣	٦
			٨٧,٦			٦,٦				
٥	٥	الجنسية	٧٦,٢	١٢,٢	٦,٠	٣,٠	٢,٦	٠,٤٤	٠,٦٦	٦
			٨٨,٤			٥,٦				
الاستقواء			٦٢,٧	١٨,٤	٩,٢	٥,٠	٤,٧	٠,٧١	٠,٥٨	٤٥
			٨١,١			٩,٧				

* نسب الطلاب؛ الذين أجابوا عن كل فئة من فئات التدريج.

** المتوسطات الحسابية المتحررة من عدد فقرات المجال.

يلاحظ من الجدول ٣ بأن النتائج الخاصة به قد كانت على النحو الآتي:

جاء شكل الاستقواء الاجتماعي في المرتبة الأولى وفقاً لانتشاره لدى عينة الدراسة وبنسب مئوية مقدارها ٨, ٧٥ ضمن درجة استقواء قليلة،

و ٣ , ١١ ضمـن درجة متوسـطة، و٩ , ١٢ ضمن درجة كبيرة. وجاء شـكل الاسـتقواء الجسـمي في المرتبة الثانية وفقاً لانتشـاره لدى أفراد عينة الدراسة وبنسـب مئوية مقدارها٥ , ٧٨ ضمن درجة اسـتقواء قليلة، و١ , ١٠ ضمن درجة استقواء متوسطة، و ٣ , ١١ ضمن درجة استقواء كبيرة.

وجاء شـكل الاستقواء اللفظي في المرتبة الثالثة وفقاً لانتشاره بين أفراد عينة الدراسـة و بنسـب مئوية مقدارها ٧ , ٨٢ ضمن درجة اسـتقواء قليلة، و٤ , ٩ ضمن درجة استقواء متوسطة، و٩ , ٧ ضمن درجة استقواء كبيرة.

أمـا شـكل الاسـتقواء على الممتلـكات فقد جـاء في المرتبة الرابعـة وفقاً لانتشاره بين أفراد عينة الدراسة وبنسب مئوية مقدارها ٦ , ٨٧ ضمن درجة اسـتقواء قليلة، و٨ , ٥ ضمن درجة اسـتقواء متوسطة، و٦ , ٦ ضمن درجة اسـتقواء كبيرة. وأخيراً شكل الاسـتقواء الجنسي فقد حل في المرتبة الخامسة والأخـيرة وفقـاً لانتشـاره بين أفراد عينة الدراسـة وبنسـب مئويـة مقدارها ٤ , ٨٨ ضمن درجة اسـتقواء قليلة، و ٠ , ٦ ضمن درجة استقواء متوسطة، وبنسبة ٦ , ٥ ضمن درجة استقواء كبيرة .

وأما بالنسبة للدرجة الكلية للاستقواء فقد تم توزيع أفراد عينة الدراسة بنسب مئوية ١ , ٨١ ضمن درجة استقواء قليلة، و٢ , ٩ ضمن درجة استقواء متوسطة، و٧ , ٩ ضمن درجة استقواء كبيرة.

فيما يتعلق بفقرات الدرجات الفرعية للاستقواء

نظراً لاشـتمال هذا الجزء على خمسة أشـكال من أشكال الاستقواء؛ فقد تم تقسـيمه إلى خمسـة أقسـام يتنـاول كل منها فقـرات أحد تلك الأشـكال، وذلك على النحو الآتي:

١ ـ فيما يتعلق بفقرات شكل الاستقواء الاجتماعي

تم حساب النسب المئوية للمشاهدات ضمن كل فئة من فئات التدريج من تدريجات لفقرات شكل الاستقواء الاجتماعي، بالإضافة إلى حساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل فقرة من فقرات هذا الشكل، وذلك كما في الجدول ٦.

الجدول رقم (٦)

النسب المئوية* والانحرافات المعيارية لفقرات شكل الاستقواء الاجتماعي مرتبة تنازلياً وفقاً لأوساطها الحسابية**

رقم الفقرة	الرتبة	مضمون فقرات مجال الاستقواء الاجتماعي	النسبة المئوية ضمن كل تدريج:					المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
			أبداً	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً		
١١	١	يجب أن أفوز بشكل دائم في كل الأنشطة المدرسية	٢٣,٢	٢٠,٠	٢١,٦	١١,١	٢٤,٢	١,٩٣	١,٤٩
			٤٣,٢			٣٥,٣			
١	٢	بعض الأشخاص يستحقون ما أقوم بعمله معهم	٢٤,٢	١٨,٤	٢٢,١	١٥,٣	٢٠,٠	١,٨٨	١,٤٥
			٤٢,٦			٣٥,٣			
٣	٣	أشعر بالغيرة من نجاح الآخرين	٣٤,٧	٢٥,٨	١٥,٨	٩,٥	١٤,٢	١,٤٣	١,٤١
			٦٠,٥			٢٣,٧			
٩	٤	يدفعني المسترشدون للاستقواء عليهم	٥٠,٠	٢٢,١	١٦,٣	٦,٣	٥,٣	٠,٩٥	١,١٨
			٧٢,١			١١,٦			

٨	٥	أتخذ قرارات نيابة عن المسترشدين	٥٣,٧	٢١,١	١١,٦	٨,٤	٥,٣	٠,٩١	١,٢١
			٧٤,٧			١٣,٧			
٦	٦	لا أصغي للطلبة أثناء حديثهم معي	٤٤,٢	٣٦,٨	١٠,٥	٥,٣	٣,٢	٠,٨٦	١,٠١
			٨١,١			٨,٤			
١٤	٧	أحقق ذاتي من خلال السيطرة على المسترشدين	٥٩,٥	٢٢,٦	٨,٩	٤,٢	٤,٧	٠,٧٢	١,١٠
			٨٢,١			٨,٩			
٢	٨	أضع قواعد تحول دون مشاركة المسترشدين	٥٨,٩	٢١,٦	١٢,١	٤,٧	٢,٦	٠,٧١	١,٠٣
			٨٠,٥			٧,٤			
١٢	٩	يجب على الجميع أن يخافني ويرهبني	٦٢,١	٢٢,١	٨,٤	٣,٢	٤,٢	٠,٦٥	١,٠٥
			٨٤,٢			٧,٤			
١٣	١٠	لا أجعل المسترشدين يشعرون بالارتياح	٦٦,٣	١٧,٩	٧,٩	٢,٦	٥,٣	٠,٦٣	١,٠٩
			٨٤,٢			٧,٩			
٤	١١	أحياناً أعزل بعض الأشخاص بالقوة من المجموعة التي أكون فيها	٦٨,٩	١٧,٩	٥,٣	٤,٧	٣,٢	٠,٥٥	١,٠١
			٨٦,٨			٧,٩			
١٠	١٢	أفتعل أسباباً للتشاجر مع المسترشدين الضعفاء	٦٧,٤	٢٠,٠	٧,٤	١,٦	٣,٧	٠,٥٤	٠,٩٧
			٨٧,٤			٥,٣			
٧	١٣	أتعمد إذلال المسترشدين	٦٧,٤	١٩,٥	٦,٨	٠,٣	١,١	٠,٥٣	٠,٩١
			٨٦,٨			٦,٣			
٥	١٤	أشوه صورتهم وسمعتهم	٨٦,٨	٧,٤	٣,٧	١,٦	٠,٥	٠,٢٢	٠,٦٣
			٩٤,٢			٢,١			

* نسب الطلاب؛ الذين أجابوا عن كل فئة من فئات التدريج

** المتوسطات الحسابية المتحررة من عدد فقرات المجال

يلاحـظ من الجدول ٤ بأن النتائج الخاصة بـه، قد صنفت ضمن ثلاث درجات استقواء على النحو الآتي:

أحياناً: على الفقرتين ذاتي الرتب (١، ٢) بوسـطين حسـابيين مقدارهما: ١,٨٨، ١,٩٣ عـلى الترتيـب تنازليـاً، وبانحرافـين معياريـين مقدارهمـا: ١,٤٥، ١,٤٩.

نـادراً: عـلى كل من الفقـرات ذوات الرتب ٣ ـ ١٣ بأوسـاط حسـابية تراوحـت مـن ٠,٥٣ ـ ١,٤٣ على الترتيـب تنازلياً، وبانحرافـات معيارية تراوحت ما بين ٠,٩١ ـ ١,٤١.

أبـداً: عـلى الفقـرة ذات الرتبة ١٤؛ التـي نصت على: «أشـوه صورتهم وسـمعتهم»، بوسـط حسـابي مقـداره ٠,٢٢، وبانحراف معيـاري مقداره ٠,٦٣.

٢ ـ فيما يتعلق بفقرات شكل الاستقواء الجسمي

تم حساب النسب المئوية للمشاهدات ضمن كل فئة من فئات التدريج من تدريجات فقرات شكل الاستقواء الجسمي، بالإضافة الى حساب الوسط الحسـابي والانحراف المعياري لكل فقرة من فقرات هذا الشـكل، وذلك كما في الجدول (٧).

الجدول رقم (٧)

النسب المئوية والانحرافات المعيارية لفقرات شكل الاستقواء الجسمي مرتبة تنازلياً وفقاً لأوساطها الحسابية

رقم الفقرة	الرتبة	مضمون فقرات مجال الاستقواء الجسمي	النسبة المئوية ضمن كل تدريج: أبداً	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
٢	١	لا أضبط غضبي في أحيان كثيرة	٢٦,٨	٢٢,١	٢١,٦	١٧,٤	١٢,١	١,٦٦	١,٣٦
			٤٨,٩			٢٩,٥			
٦	٢	أعرقل المسترشدين بقدمي أثناء مرورهم من أمامي	٥٠,٥	٢٢,٦	١٤,٢	٤,٧	٧,٩	٠,٩٧	١,٢٥
			٧٣,٢			١٢,٦			
١	٣	أقوم بضرب المسترشدين باليد أو القدم	٥٠,٥	٢٣,٢	١٧,٩	٥,٨	٢,٦	٠,٨٧	١,٠٧
			٧٣,٧			٨,٤			
٥	٤	أدفع الطالب الذي يجلس في المقعد بجانبي	٥٣,٢	٢٥,٣	١١,١	٥,٣	٥,٣	٠,٨٤	١,١٤
			٧٨,٤			١٠,٥			
٩	٥	أقوم بإلقاء المسترشدين أرضاً	٦٣,٧	١٩,٥	٣,٢	٧,٩	٥,٨	٠,٧٣	١,٢٠
			٨٣,٢			١٣,٧			
٣	٦	أقرص المسترشدين وأسبب لهم الألم	٦٣,٧	٢١,١	٧,٤	٤,٢	٣,٧	٠,٦٣	١,٠٤
			٨٤,٧			٧,٩			
٤	٧	أسحب المسترشدين من آذانهم أو شعورهم	٦٥,٨	٢٢,١	٥,٨	٣,٢	٣,٢	٠,٥٦	٠,٩٧
			٨٧,٩			٦,٣			
٧	٨	أجبر المسترشدين على عمل أشياء لا يطيقونها	٧٥,٨	١٢,١	٥,٨	٢,٦	٣,٧	٠,٤٦	٠,٩٨
			٨٧,٩			٦,٣			
٨	٩	استخدم أدوات حادة لمزيد من الاستقواء على المسترشدين	٨٣,٢	٥,٨	٤,٢	٣,٢	٣,٧	٠,٣٨	٠,٩٨
			٨٨,٩			٦,٨			

يلاحـظ من الجـدول ٥ بأن النتائـج الخاصة به قد صنفـت ضمن ثلاث درجات استقواء على النحو الآتي:

أ ـ أحياناً: على الفقرة ذات الرتبة ١؛ التي نصت على: «لا أضبط غضبي في أحيان كثيرة»، بوسط حسابي مقداره ٦٦ , ١، وبانحراف معياري مقداره ٣٦ , ١.

ب ـ نادراً: على كل من الفقرات ذوات الرتب ٢ ـ ٧ بأوسـاط حسـابية تراوحـت من ٥٦ , ٠ ـ ٩٧ , ٠ عـلى الترتيب تنازليـاً، وبانحرافات معيارية تراوحت ما بين ٩٧ , ٠ ـ ٢٥ , ١.

ج ـ أبداً: على الفقرتين ذاتي الرتب (٨، ٩) بوسطين حسابيين مقدارهما: ٣٨ , ٠، ٤٦ , ٠ عـلى الترتيـب تنازليـاً، وبانحرافـين معياريـين مقدارهما: ٩٨ , ٠.

٣ ـ فيما يتعلق بفقرات شكل الاستقواء اللفظي

تم حساب النسب المئوية للمشاهدات ضمن كل فئة من فئات التدريج من تدريجات فقرات شكل الاستقواء الجسمي، بالإضافة إلى حساب الوسط الحسـابي والانحراف المعياري لكل فقرة من فقرات هذا الشـكل، وذلك كما في الجدول(٨) .

الجدول رقم (٨)

النسب المئوية والانحرافات المعيارية لفقرات شكل الاستقواء اللفظي مرتبة تنازلياً وفقاً لأوساطها الحسابية

رقم الفقرة	الرتبة	مضمون فقرات مجال الاستقواء اللفظي	النسبة المئوية ضمن كل تدريج: أبداً	نادراً		أحياناً	غالباً	دائماً		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
٣	١	أصرخ على المسترشدين	٤٠,٥	٣٣,٢	٧٣,٧	١٤,٢	٧,٩	٤,٢	١٢,١	١,٠٢	١,١٢
٢	٢	أقاطع المسترشدين أثناء حديثهم	٤٤,٢	٣١,١	٧٥,٣	١٥,٨	٥,٣	٣,٧	٨,٩	٠,٩٣	١,٠٧
١	٣	أشتم وأسب المسترشدين	٤٣,٧	٣٤,٢	٧٧,٩	١٥,٣	٥,٨	١,١	٦,٨	٠,٨٦	٠,٩٥
٤	٤	أهدد المسترشدين	٥٦,٨	٢٣,٧	٨٠,٥	٥,٨	٧,٩	٥,٨	١٣,٧	٠,٨٢	١,٢٠
٦	٥	أسخر من المسترشدين وأستهزئ بهم	٥٠,٠	٣١,١	٨١,١	١١,٦	٥,٨	١,٦	٧,٤	٠,٧٨	٠,٩٧
٨	٦	ألوم المسترشدين على مشكلات لم يقترفوها	٦٢,١	٢١,١	٨٣,٢	٦,٨	٥,٣	٤,٧	١٠,٠	٠,٦٩	١,١١
٧	٧	أقوم بإعطاء بعض المسترشدين ألقاباً غير محببة	٦٠,٠	٢٦,٣	٨٦,٣	٥,٨	٥,٨	٢,١	٧,٩	٠,٦٤	٠,٩٨
١٠	٨	أشعل الفتن بين المسترشدين عن طريق تشجيعهم على المشاجرات	٧٠,٥	١٤,٧	٨٥,٣	٩,٥	٢,٦	٢,٦	٥,٣	٠,٥٢	٠,٩٦
٩	٩	أتهم المسترشدين بأعمال لم يقوموا بها	٨٠,٠	٩,٥	٨٩,٥	٤,٧	٣,٢	٢,٦	٥,٨	٠,٣٩	٠,٩٢
٥	١٠	أنشر الشائعات عن المسترشدين	٨٨,٤	٥,٨	٩٤,٢	٤,٢	١,٦	٠,٠	١,٦	٠,١٩	٠,٥٨

يلاحـظ من الجدول ٦ بأن النتائـج الخاصة به قد صنفت ضمن درجتي استقواء على النحو الآتي:

١ ـ نـادراً: عـلى كل من الفقرات ذوات الرتب ١ ـ ٨ بأوسـاط حسـابية تراوحـت من ٥٢ , ٠ ـ ٠٢ , ١ عـلى الترتيب تنازليـاً، وبانحرافات معيارية تراوحت ما بين ٩٥ , ٠ ـ ٢٠ , ١.

٢ ـ أبـداً: عـلى الفقرتـين ذواتي الرتـب (٩، ١٠) بوسـطين حسـابيين مقدارهمـا: ١٩ , ٠، ٣٩ , ٠ عـلى الترتيـب تنازليـاً، وبانحرافـين معياريين مقدارهما: ٥٨ , ٠، ٩٢ , ٠.

٤ ـ فيما يتعلق بفقرات شكل الاستقواء على الممتلكات

تم حسـاب النسب المئوية للمشـاهدات ضمن كل فئة من فئات تدريج من تدريجات فقرات شـكل الاسـتقواء على الممتلكات بالإضافة إلى حساب الوسـط الحسـابي والانحراف المعياري لـكل فقرة من فقرات هذا الشـكل، وذلك كما في الجدول (٩).

الجدول رقم (٩)

النسب المئوية والانحرافات المعيارية لفقرات شكل الاستقواء على الممتلكات مرتبة تنازلياً وفقاً لأوساطها الحسابية

<table>
<tr><th rowspan="2">رقم الفقرة</th><th rowspan="2">الرتبة</th><th rowspan="2">مضمون فقرات مجال استقواء الممتلكات</th><th colspan="5">النسبة المئوية ضمن كل تدريج:</th><th rowspan="2">المتوسط الحسابي</th><th rowspan="2">الانحراف المعياري</th></tr>
<tr><th>أبداً</th><th>نادراً</th><th>أحياناً</th><th>غالباً</th><th>دائماً</th></tr>
<tr><td rowspan="2">٦</td><td rowspan="2">١</td><td rowspan="2">أحتاج لبعض الأشياء التي يمتلكها المسترشدون أكثر منهم</td><td>٥٨,٩</td><td>٢٠,٥</td><td rowspan="2">٨,٩</td><td>٣,٧</td><td>٧,٩</td><td rowspan="2">٠,٨١</td><td rowspan="2">١,٢٣</td></tr>
<tr><td colspan="2">٧٩,٥</td><td colspan="2">١١,٦</td></tr>
<tr><td rowspan="2">٥</td><td rowspan="2">٢</td><td rowspan="2">لا أعيد الأشياء التي أستعيرها من المسترشدون</td><td>٧٧,٤</td><td>١٠,٥</td><td rowspan="2">٦,٣</td><td>١,١</td><td>٤,٧</td><td rowspan="2">٠,٤٥</td><td rowspan="2">١,٠١</td></tr>
<tr><td colspan="2">٨٧,٩</td><td colspan="2">٥,٨</td></tr>
<tr><td rowspan="2">١</td><td rowspan="2">٣</td><td rowspan="2">أنكر وجود بعض الأشياء التي أحصل عليها من المسترشدون</td><td>٧٦,٨</td><td>٩,٥</td><td rowspan="2">٦,٣</td><td>٦,٨</td><td>٠,٥</td><td rowspan="2">٠,٤٥</td><td rowspan="2">٠,٩٢</td></tr>
<tr><td colspan="2">٨٦,٣</td><td colspan="2">٧,٤</td></tr>
<tr><td rowspan="2">٤</td><td rowspan="2">٤</td><td rowspan="2">أقوم بأخذ ممتلكات المسترشدين بالقوة</td><td>٧٩,٥</td><td>٩,٥</td><td rowspan="2">٤,٧</td><td>٣,٢</td><td>٣,٢</td><td rowspan="2">٠,٤١</td><td rowspan="2">٠,٩٥</td></tr>
<tr><td colspan="2">٨٨,٩</td><td colspan="2">٦,٣</td></tr>
<tr><td rowspan="2">٢</td><td rowspan="2">٥</td><td rowspan="2">أقوم بتخريب وإتلاف ممتلكات المسترشدون</td><td>٨٠,٥</td><td>٧,٩</td><td rowspan="2">٥,٨</td><td>٣,٢</td><td>٢,٦</td><td rowspan="2">٠,٣٩</td><td rowspan="2">٠,٩٣</td></tr>
<tr><td colspan="2">٨٨,٤</td><td colspan="2">٥,٨</td></tr>
<tr><td rowspan="2">٣</td><td rowspan="2">٦</td><td rowspan="2">أسرق بعض الأشياء من المسترشدون</td><td>٩٣,٢</td><td>١,٦</td><td rowspan="2">٢,٦</td><td>١,٦</td><td>١,١</td><td rowspan="2">٠,١٦</td><td rowspan="2">٠,٦٤</td></tr>
<tr><td colspan="2">٩٤,٧</td><td colspan="2">٢,٦</td></tr>
</table>

يلاحـظ من الجدول ٩ بأن النتائـج الخاصة به قد صنفت ضمن درجتي استقواء على النحو الآتي:

أ ـ نـادراً: عـلى الفقرة ذات الرتبـة ١؛ التي نصت عـلى: «أحتاج لبعض الأشـياء التـي يمتلكهـا المسترشـدون أكثر منهم»، بوسـط حسـابي

مقداره ٨١, ٠، وبانحراف معياري مقداره ٢٣, ١.

ب ـ أبداً: على كل من الفقرات ذوات الرتب ٢ ـ ٦ بأوساط حسابية تراوحت من ١٦, ٠ ـ ٤٥, ٠ على الترتيب تنازلياً، وبانحرافات معيارية تراوحت ما بين ٦٤, ٠ ـ ٠١, ١.

٥ ـ فيما يتعلق بفقرات شكل الاستقواء الجنسي:

تم حساب النسب المئوية للمشاهدات ضمن كل فئة من فئات التدريج من تدريجات فقرات شكل الاستقواء الجنسي، بالإضافة إلى حساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل فقرة من فقرات هذا الشكل، وذلك كما في الجدول (١٠).

الجدول رقم (١٠)

النسب المئوية والانحرافات المعيارية لفقرات شكل الاستقواء الجنسي مرتبة تنازلياً وفقاً لأوساطها الحسابية

رقم الفقرة	الرتبة	مضمون فقرات مجال الاستقواء الجنسي	النسبة المئوية ضمن كل تدريج: أبداً	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	١	أقوم بإصدار ألقاب جنسية عليهم	٥٨,٤	٢٥,٨	١٠,٥	٣,٧	١,٦	٠,٦٤	٠,٩٢
			٨٤,٢			٥,٣			
٣	٢	أحدث المسترشدين بقصص جنسية	٧٨,٤	٨,٤	٥,٣	٤,٧	٣,٢	٠,٤٦	١,٠١
			٨٦,٨			٧,٩			
٥	٣	أفسر كلام المسترشدين بتفسيرات جنسية	٧٦,٣	١٤,٢	٤,٧	٢,١	٢,٦	٠,٤١	٠,٨٨
			٩٠,٥			٤,٧			
٦	٤	ألمس المسترشدين بطريقة لا أخلاقية	٨١,٦	٦,٨	٤,٧	٣,٢	٣,٧	٠,٤١	٠,٩٩
			٨٨,٤			٦,٨			

٢	٥	أتحرش جنسياً بالمسترشدين	٧٨,٤	١٠,٥	٨٨,٩	٧,٤	١,١	٢,٦	٣,٧	٠,٣٩	٠,٨٨
٤	٦	أطلب من المسترشدين الحديث في أمور جنسية رغماً عنهم	٨٤,٢	٧,٤	٩١,٦	٣,٢	٣,٢	٢,١	٥,٣	٠,٣٢	٠,٨٥

يلاحظ من الجدول ١٠ بأن النتائج الخاصة به قد صنفت ضمن درجتي استقواء على النحو الآتي:

أ ـ نادراً: على الفقرة ذات الرتبة ١؛ التي نصت على: «أقوم بإصدار ألقاب جنسية عليهم»، بوسط حسابي مقداره ٠,٦٤، وبانحراف معياري مقداره ٠,٩٢.

ب ـ أبداً: على كل من الفقرات ذوات الرتب ٢ ـ ٦ بأوساط حسابية تراوحت من ٠,٣٢ ـ ٠,٤٦ على الترتيب تنازلياً، وبانحرافات معيارية تراوحت ما بين ٠,٨٥ ـ ١,٠١.

أظهرت النتائج المتعلقة بالسؤال الأول أن حجم الاستقواء الكلي المنتشر بين طلبة المرحلة الأساسية كان قليلاً ٩,٧ ٪،وكان الشكل الاجتماعي: الاستقواء في العلاقات الاجتماعية هو الشكل السائد الذي احتل المرتبة الأولى في الاستقواء بين طلبة المرحلة الأساسية بنسبة ١٢,٩ ٪. وجاء الاستقواء الجسمي في المرتبة الثانية ١١,٣ ٪، وكان الشكل اللفظي قد احتل المرتبة الثالثة بنسبة ٧,٩ ٪، أما شكل الاستقواء على الممتلكات فقد احتل المرتبة الرابعة بنسبة مقدارها ٦,٦٪، وفي المرتبة الأخيرة كان شكل الاستقواء الجنسي ٥,٦٪.

مـن خلال هـذه النتائج يتبين أن حجم الاسـتقواء الكلي بـين الطلبة في المرحلة الأساسـية قليل، وهذا قد يعكس متابعة ووعي أولياء الأمور للطلبة ومشـكلاتهم والتغيرات التي تحصل معهم، كما يعكس ثقافة المجتمع العربي والإسـلامي التي ترى في الاسـتقواء شـكلاً من أشـكال السـلوك العدواني ففيـه الإيذاء للفـرد وهو محرم من ناحية دينية . وقـد يعكس إذا ما رجعنا إلى ماهية سـلوك الاسـتقواء إلى أنه سـلوك يحـدث في الخفاء ،حيـث لا يخبر عنه الضحية،ويكون بعيداً عن أعين الكبار ، ولا يعترف المستقوون أنهم يقومون به ، ويتم عادةً في أماكن لايشاهدها أو يلاحظها أحد في الغالب،كما يمكن أن يفسر من خلال أن عينة الدراسـة كانت ضمن مجتمع قروي ؛والقرية مكونة مـن مجموعات من الأفراد يعرفون بعضهم البعض وتربطهم صلات وقربى وعلاقـات اجتماعية وأسرية وهذه البيئة يكـون فيها متابعة واهتمام للفرد من أقاربه في المدرسـة وبيئة المدرسة المحيطة . وتختلف نتائج الدراسة الحالية عن نتائـج الدراسـات التي أجريت في الدول الغربية بالنسـبة لحجم الاسـتقواء (Wolke et al, 2002; Juvonen, Graham,& Shuster ,2003; Ireland & Archer ,2004) حيث إن ظاهرة الاستقواء ظاهرة واضحة المعالم خاصـة في الولايات المتحـدة والنرويج وبريطانيا واسـتراليا حيث أصبحت الظاهـرة تزعـج القـادة التربويين في تلك الـدول ،وأصبـح الطلبة يحضرون الأسـلحة للمـدارس ويطلقـون النـار على بعضهـم البعض ما حـدا بالمناداة بمدارس خالية من العنف والسلاح والمخدرات والاستقواء. وأصبح وجود برامج شاملة لمنع العنف والاستقواء أشياء بديهية في المدارس. ويرى الباحث أن المشـكلات التي تحـدث في المدارس في الغرب لن تظـل بعيدة عن طلابنا إلى أمـد بعيد في ظل العولمة ووسـائل الاتصال والفضائيـات والتكنولوجيا الحديثـة فالعـالم لم يعـد قريةً صغيرةً كـما كانوا يقولون بل أصبـح عمارة كبيرة

واحـدة تحتل فيها الدول طوابق أو شـقفاً بقدر مسـاحتها .ومن خلال عمل الباحث في حقل الإرشاد لاحظ ازدياد حالات العنف والعدائية في المدارس خاصة الأساسية .

وأما بالنسـبة لأشكال الاستقواء فيرى الباحث أن الشكل الاجتماعي : للاسـتقواء في العلاقات الاجتماعية هو السائد لأن الشكل يقوم به المستقوي بطريقـة خفيـة لا يلاحظه فيها أحد وينكر القيام بـه ،أو يدعي انه لايقصدـ كما يقول المسـتقوون ـ أو التجاهل أو إظهار الاشـمئزاز أو نشر الإشـاعات عـن الآخريـن أو المقاطعـة أو وضـع شروط تحـول دون انضـمام آخريـن. واتفقـت نتائج الدراسـة مع نتائـج دراسـة (Sarzen ,2002) واختلفت مع نتائج دراسـات أخرى مثل (Wolke et al., 2001; Ireland & Archer, 2004). حيث إن الشـكل اللفظي فيها هو السـائد. كما أن شـكل الاستقواء الاجتماعي فيه جانب لفظي بشـكل كبير حيث التجاهل بعض الكلمات ولو بشكل غير مباشر وتؤدي الغرض .

وأمـا الشـكل الجسـمي فقـد كان في المرتبـة الثانيـة حيـث إن الطلبـة المسـتقوين يمارسـون الدفـع أو الـضرب أو الـركل أو الإلقـاء أرضـاً حيث لايمتلك المسـتقوي القدرة على ضبط نفسـه في توجيه هذا الإيذاء الجسـمي للضحية،ويرغب بالشـعور بالقوة والسـيطرة والطلبة في هذا العمر في بداية مرحلة المراهقة حيث إن الشعور بالقوة والسيطرة ذو أهمية كبيرة عند الطلبة . واتفقت نتائج الدراسة مع نتائج الدراسات الغربية (Wolke, 2002; Sh-eras, 2002; Ireland & Archer, 2004) التـي ترى فيه الشـكل السـائد بعد شكل الاستقواء اللفظي .

وجـاء شـكل الاسـتقواء اللفظـي في المرتبـة الثالثـة حيـث يكـون فيـه

الاستقواء على شكل كلمات نابية أو ألقاب أو كنية لايحبها الطالب أو شتائم أو غيرها. وهو أسهل الأشكال وأكثرها ممارسة في الغرب. أما شكل الاستقواء على الممتلكات :أخذ ممتلكات الآخرين وأشيائهم أو إنكار أخذها في المرحلة الرابعة . وهذا متفق مع الدراسات الغربية (Juvonen Graham, & Shuster, 2003; Sarzen, 2002).

وكان شكل الاستقواء الجنسي الأقل تكراراً ويعود ذلك إلى خطورة هذا الشكل من الاستقواء على كل من الضحية والمستقوي بنفس الوقت، ولأن الاستقواء فيه مرةً واحدة يسبب الأذى النفسي والجسدي ويترك آثاراً مدمرة على الصحة النفسية للفرد كما يعود إلى أن هذا السلوك مرفوض بشكل أكثر من غيره لأسباب دينية، وصحية،واجتماعية كما يترتب عليه مساءلة، ومتابعة حثيثة، وكذلك يجري التستر علية إن حدث . وتتفق الدراسة الحالية في ترتيب هذا الشكل مع دراسة (Kepenekci &Cinkir, 2006; Sheras, 2002).

وكذلك تتفق الدراسة الحالية في الترتيب التنازلي لهذه الأشكال مع دراسة (Sarzen ,2002)،وتختلف مع كل من (Juvonen Graham, & Shuster, 2003)ودراسة(Wolke,2002;Ireland&Archer,2004)وتتفق جزئياً مع (Sheras, 2002) .وتجدر الإشارة إلى أن تقسيم هذه الأشكال وفصلها بهذا الشكل أمر صعب وقلما يوجد فقد يوجد اشتراك في شكلين أو أكثر من أشكال الاستقواء كالشكل اللفظي والجسمي مثلاً أو اللفظي والاجتماعي كما أن شكل الاستقواء الجسمي يستخدم فيه المستقوي الجانبين اللفظي وغير اللفظي .

ثانياً: النتائج المتعلقة بالإجابة على السؤال الثاني : هل يختلف حجم الاستقواء،وشكله، باختلاف الجنس ؟.

تـم حسـاب المتوسـطين الحسـابيين والانحرافـين المعياريـين الخاصين بالدرجـة الكلية للاسـتقواء تبعـاً لاختلاف فئتـي متغير الجنـس، ثم اتبعت بإجراء اختبار (ت) للعينات المستقلة، وذلك كما في الجدول(١١).

الجدول رقم (١١)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار ت للدرجة الكلية للاستقواء حسب متغير الجنس

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت المحسوبة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
ذكر	٦٧	١,٠٣٥	٠,٦٠٨	٥,٩٠٢	١١٢,٨٠٠	٠,٠٠٠
أنثى	١٢٣	٠,٥٢٦	٠,٤٨٧			

يتضح من الجدول ١١ وجود فرق جوهري دال إحصائياً عند مسـتوى الدلالـة (α=٠,٠٥) بـين المتوسـطين الحسـابيين الخاصين بالدرجـة الكلية للاسـتقواء يعـزى لاختلاف فئتي متغـير الجنس، ذلك أن درجة الاسـتقواء الكليـة لدى الإناث هي أقل بفارق جوهري من ذات الدرجة لدى الذكور، بحيث أن المتوسط الحسابي لدى الإناث هو ٠,٥٢٦ في حين أنه لدى الذكور ١,٠٣٥.

أشارت النتائج إلى أن الاسـتقواء وأشكاله المختلفة :اللفظي والجسمي والاجتماعي والاسـتقواء على الممتلكات والاستقواء الجنسي كان أقل بفارق جوهري ذي دلالة لدى الإناث منه عند الذكور. وهذا يعني أن الذكور أكثر استقواءً من الإناث وهذا يرجع إلى طبيعة الجسم القوية والتنشئة الاجتماعية التي تشجع الفتى على الظهور بالقوة والسيطرة بعكس الفتاة التي يطلب منها

أن تكون أكثر أدباً وطاعةً وبعيدة عن العنف والمشكلات السلوكية .ولكن هذا لايعني أن الفتاة لا تمارس الاستقواء فهي تمارسه ولكن بشكل غير مباشر Indirect Bullying مثل المقاطعة والإقصاء ونشر الشائعات أو التحقير بالحركات اللفظية وغير اللفظية. ففي بعض الحالات تمارس الفتاه الاستقواء على الذكور .ولكن الذكور في الدراسات العالمية أكثر ممارسة للاستقواء وأكثر تعرضاً له – ضحايا – من الإناث . وتتفق هذه النتائج مع الدراسات في الدول الغربية مثل (Juvonen,Graham & Shuster ,2003; Wolke et al, 2002; Olweus,1991)

التوصيات

١ ـ إجراء المزيد من الدراسات لسلوك الاستقواء بين الطلبة في المراحل الدراسية المختلفة، وفي دول عربية مختلفة من خلال دراسات ذات منهجية نوعية للمستقوين، والضحايا .

٢ ـ إعداد برامج للعديد من الفئات المشاركة والمؤثرة في الاستقواء مثل ضحايا الاستقواء والمتفرجين والمعلمين وأولياء الأمور وغيرهم .

٣ـ تطوير برامج إرشاد جمعي تعتمد على نظريات الإرشاد النفسي المختلفة.

٤ـ زيادة الاهتمام والمتابعة للسلوكات والمؤشرات التي تدل على مواقف استقواء بين الطلبة.

الفصل الخامس

البرامج العلاجية والإرشادية المقترحة للتعامل مع سلوك التنمر

٥ . البرامج العلاجية والإرشادية المقترحة للتعامل مع سلوك التنمر

٥ . ١ البرامج الإرشادية للمتنمرين

إن مسـؤولية المدرسـة كبـيرة لمعالجة ظاهـرة الاسـتقواء ويتطلب الأمر التعـاون مع الأهالي، وعلى المدرسـة القيام بالانتبـاه للجو المدرسي، والتركيز عـلى العمـل الجماعـي (التعـاوني)، ومراقبـة الطلبـة، وضبط سـلوك العنف والاسـتقواء. وفي الغـرب تطبق العديد من المـدارس برامج وقائية وعلاجية وقوانين لحماية الطلبة من الاسـتقواء، تتعاون المدرسة والأهالي في العمل معاً ضد الاستقواء. كما أن البرامج تتناول في أحيان كثيرة البيئة الاجتماعية المحيطة في المدرسـة، ونشر الوعي فيها لكي تقدم الدعم والتسـهيلات والمسـاندة في إنجاح البرامج الإرشادية،ومن خلال اللجان المسؤولة عن سلامة المدرسة. (بين،٢٠٠٥).

وهنـاك برامـج موجهـه للأهـالي، وإكسـابهم مهـارات التواصـل مـع الأطفال، والاستماع والإصغاء لهم، والتقبل والتعاطف ومساعدتهم على حل المشـكلات والانفتاح الذاتي مع الأبناء والاستماع لمشكلاتهم، والتواصل مع المدرسة للتفكير في طرق لحماية الطلبة وسلامتهم. أما أعضاء الهيئة التعليمية والإداريـة فيجـب أن يتعلموا طرقاً لحماية الطلبة واعتبار الاسـتقواء سـلوكاً غير مسـموح به، وزيادة وعيهم حول أثر الاسـتقواء ونتائجه الخطرة وأثرها الطويـل على الطلبة، وألا يتعرض أي طالب للاسـتقواء في المدرسـة وزيادة الإشراف عـلى المرافـق العامة في المدرسـة، والتعـاون مع الآباء، وإكسـابهم

المهارات والمؤشرات لفهم الإشارات الدالة على الاستقواء كالانسحاب، أو العزلة الاجتماعية أو الشعور بالمضايقة، أو الغياب عن المدرسة،وغيرها من المؤشرات (Sarzen,2002).

ويؤكد سيسيارا Sciarra (٢٠٠٤)على بعض الأساليب الارشادية مع الطلبة المستقوين مثل:علاقات آمنه غير مهدده،تجنب اللوم والتوبيخ ، الاستماع بعمق لما يقولون والتعرف على أفكارهم، وعلاقاتهم مع والديهم والآخرين، وكيف كانت طفولتهم المبكرة،وكذلك خلق فرص للمستقوين لكي يتعلموا عن أنفسهم ويقوموا بإحداث التغيير المناسب فيها.وكذلك تزويدهم بالدعم والاهتمام والمتابعة وتعزيزمحاولاتهم في ذلك .

وتركز البرامج الوقائية والنمائية للطلبة المستقوين على التدريب على المهارات والأنشطة الاجتماعية ومهارات حل النزاع، والتوسط بين الأقران، ومهارات حل المشكلات، ومهارات تكوين الأصدقاء، ونقاش وإقناع بعدم ممارسة الاستقواء، وتغيير الأفكار، وحديث الذات مع الطلبة المستقوين. وغرس قيم التسامح، والاحترام،والعدالة،والتعاون،واحترام حقوق الآخرين بين الطلبة.كما أن تغيير نظرة المتفرجين لمواقف الاستقواء يعد مهما في التصدي للمشكلة. وقدم ستيون وماهي (Stewin &Mah, 2001) بعض الوسائل لمنع الاستقواء مثل: ترويج الحقائق ومحاربة الأساطير حول الاستقواء مثل(الاستقواء يصنع الشخصية ،أو الاستقواء يبدأ وينتهي بدون تدخل من أحد)، ومناقشة معتقدات الطلبة وأفكارهم حول الاستقواء وتطوير قانون للانضباط المدرسي، وتوعية الطلبة في المدرسة، ومشاركة الآباء في الإرشاد والتدخلات العلاجية، وتطبيق إجراءات التدخل المحددة، وتأسيس نظام للمسؤولية والتقييم.

إن إثـارة الوعي بين الطلبـة وأولياء الأمور، واتخاذ إجراءات وسياسـة واضحـة مـن قبـل إدارات المدارس،وجمـع معلومـات عن الطلبـة الضحايا والمستقوين، وعمل دراسات للظاهرة، وتزويد الطلبة بنشرات ومعلومات، وكتـب وأشرطة، ومواقع إنترنت،وخطوط سـاخنة للتبليغ عن الاسـتقواء، وتطوير الفهم المشترك بين العاملين في المدرسة، والأهالي، والبيئة الاجتماعية أمـور مهمة في التصـدي لظاهرة الاسـتقواء. وإن المسـتقوين بحاجة ماسـة للإرشـاد الفـردي أو الجماعي لكي يتخلصوا من هذا السـلوك الخطر عليهم وعلى الطلبة الضحايا والمتفرجين. (Jaana, 2005).

ويؤكد كوري (Corey, 1996) أن الإرشاد الجمعي يهدف إلى مساعدة الأفراد على فهم أنفسـهم وقدراتهم وميولهم ونقـاط القوة والضعف لديهم، ومسـاعدتهم في التعبـير عـن أنفسـهم، وآرائهم في جـو من الأمـان والتقبل والاحـترام وتزويدهـم بالثقـة حتى يسـتطيعوا مواجهة مشـكلاتهم، وتنمية قدراتهم وتحمل مسـؤولياتهم، ومسـاعدتهم للبحث عـن هويتهم وأهدافهم في الحياة.

وهناك مدارس ونظريات إرشـاد متعددة في التصدي للاستقواء وغيره من السلوكيات الخطرة فالنظرية السلوكية مثلاً ترى أن الحل يكون في تبديل السـلوكيات الخطرة وغير المقبولة بأخرى مناسـبة، وتعزيز السـلوك الإيجابي الموجود لديهم وتقويته. ونظريات التعلم الاجتماعي ترى أن وقف الاستقواء يكمن في توفير نماذج تحتذي من قبل الطلبة ويتم تقليدها وتوفير عوامل بيئية مناسبة لكبح السلوك الاستقوائي وضرورة اكساب الطلبة قيماً إنسانية تحثهم على التعاطف والتقدير وعدم الإساءة للآخرين. (Wolke et al., 2003)

أمـا النظرية العقلانية الانفعالية السـلوكيةRational ـ - Emotive B havior Therapy فتركـز عـلى الأفـكار الخاطئة وغير العقلانيـة التي يؤمن بهـا الطلبـة ومعتقداتهـم وقناعتهم التي تدفعهم للاسـتقواء، وبيـان بطلانها وتحديهـا، وأنه يمكـن أن تكون هناك أفكار منطقية مكانها، ويوضح المرشـد حسـب هـذه النظرية للطلبة أن سـلوك الاسـتقواء لديهم، وإيـذاء الآخرين ناتج عن أفكارهم الخاطئة التي يؤمنون بها، ومسـاعدتهم على أن يغيروا هذه الأفـكار، وتعليمهـم أن القوة والسـيطرة على الآخرين لا تجعـل الفرد قوياً، ولكنها تجعله مكروهاً من قبل زملائه ومن قبل الناس الآخرين (باترسـون، ١٩٩٠).

ويتـم ضمن العملية الإرشـادية مناقشـة تغيير حديث الذات السـلبي (وهـي أفـكار الفـرد وآراؤه التـي يحـدث بهـا نفسـه ويرددها لوحـده حول الاستقواء) مثل: يجب أن أكون الأقوى والمسيطر على الآخرين، إن لم تضرب الآخريـن ضربـوك، اضرب الضعيـف كـي يخاف القـوي، واسـتبدال ذلك بحديث ذات إيجابي: مثلاً بأنه سوف يكون مهماً، ويحترمه الناس لعدم تعرضه لإيذاء الآخرين، وقيامه بمسـاعدتهم وسـيكون موضـع التقدير والاحترام، كما يمكن أن يمارس الطلبة التفكير بصوت عالٍ بجملة من الأفكار التي ترد إلى ذهنه في حالة وجود ضحية ورغبة في الاستقواء عليه. ويمكن الطلب من الأعضـاء البوح بهذا الحديث والانتباه له أكثر لكي يكون أكثر وعياً له حيث إنه المسـؤول عن الاسـتقواء وقد يوجه رسـائل منه إليه أي من الطالب نفسه وبصـوت عالٍ: مثلاً هذا طالـب صغير الحجم، وإنني أقوى منه، وإن المنطق والعقـل لا يعطي فرصة للطالب القوي لكي يسـيطر على الطالب الأضعف أو الأقـل قـوة، لأن كلاً منا له قوة محدودة وأن هنـاك من هو أقوى منه، ولذا فإنها عملية غير منتهية (بين، ٢٠٠٥).

ويوضح المرشد للطلبة أسباب لاعقلانية هذه الأفكار ومنها:

- السعادة هي استجابة وشعور نتيجة لما يفكر به الشخص، وما يقوم به من تصرفات أي إن التفكير المنطقي الإيجابي يدفع إلى السعادة والإحساس بالأمن بعكس التفكير غير المنطقي الذي يؤدي إلى الاضطراب أو المرض.
- الشعور بالتعاسة في الحياة ونبذ الآخرين إياه من جراء تفكيره السلبي وحديث الذات لديه هو الذي يؤدي به إلى التصرفات السيئة مع الآخرين.

ويرى أليس (Ellis,1994) أن على المرشد أو المعالج أن يكشف للمسترشدين بصورة مستمرة الأفكار اللاعقلانية، وأحاديث الذات السلبية وغير المنطقية وذلك من خلال :

- إبرازها بصورة واضحة لتصبح في مستوى الوعي والانتباه.
- بيان كيف تسبب الاضطراب وتثبته.
- توضيح العلاقة غير المنطقية بين هذه الأحاديث والاضطراب.

(Ellis, 1994).

وأكد كوري(Corey, 1996) أن الأفراد من خلال النظرية العقلانية الانفعالية يتعلمون المهارات التي تزودهم بالأدوات التي تساعدهم على تحديد أفكارهم اللاعقلانية ويتعلمون كيفية استبدالها بأخرى فعالة وعقلانية كنتيجة لذلك فهم يغيرون ردود فعلهم الانفعالية للمواقف، وتسمح هذه النظرية بتطبيق مبادئها وفنياتها ليس على هذه الظاهرة فقط،لكن على الكثير من المشكلات التي تواجه الأفراد مثل :القلق والاكتئاب والغضب واضطراب الشخصية والمشكلات الزوجية وغيرها.

وأشـار بين (٢٠٠٥) أن لدى المستقوين مجموعة من الأفكار هي :يجب أن يكون الفرد الأكثر إزعاجاً وإثارةً وسيطرةً في الملعب والساحة والمدرسة، ويجب أن يظهر الأقوى، ولديه رغبة قوية بتشـجيع الآخرين على المنازعات، وإشـعال الفتـن،ولا يتقبـل الخسـارة، وهـو دائـماً عـلى صـواب، ويعتقد أن الضحايـا يسـتحقون ما يجري لهـم، ولديه غـيرة من نجـاح الآخرين، وعلى الآخريـن احترامه وتقديره، كما يفكر بطريقة «أنا فقط» ويتوقع من الآخرين مهاجمته.

وأكـد كارول (Carole, 2004)عـلى أهميـة الارشـاد الديني والروحي للطلبة المستقوين، وكذلك الإرشـاد الجماعي لهم، وضرورة تعليمهم مبادئ أخلاقيـة جماعيـة وقيـما يؤمنون بهـا، وكذلك مسـاعدتهم على فهم أنفسـهم والآخريـن لكـي يكونوا مواطنين صالحين. كما يؤكـد اليس (Ellis,1994) تعليم المسترشـد كيـف يعيد النظر في تفكـيره وكيف يتحـدى ويناقض هذه الأحاديـث ويعيدهـا ويكررها في صـورة أكثـر منطقية حتى يتم اسـتدخال واسـتبطان الأفكار المنطقية الجديدة لتحل محل الأفكار القديمة. وهنا يكون دور المعالـج الداعـي الصريـح الـذي يناقض وينكـر الاعتقـادات الخاطئة، والخرافـات المتأصلـة في نفس المسترشـد، أو دور المشـجع المقنـع الذي يصر أحيانـاً عـلى أن يقوم المسترشـد ببعض الأنشـطة والتماريـن، ويمارس بعض الأعـمال التـي يخاف من ممارسـتها بسـبب الخـوف المبنـي عـلى الاعتقادات والأفـكار الخاطئة ويعد هذا العمل هجوماً مضاداً على الأفكار، والمعتقدات الخاطئة.والمرشـد هنا يمارس التعليم، ويسـتخدم المنطـق، والإيحاء، والجدل والإقناع، وإبطال الأفكار، كما يقدم بعض المعلومات.

ويـشرح أليس(Ellis,1994) نظريته في الشـخصية مـن خلال نموذج

(ABCDEF) حيث تعني A الأحداث Act، وB المعتقدات والأفكار حول الأحداث Beliefs، والنتائج C،وتعني النتيجة الانفعالية للحدث- Emtional Consequence. وأن الأحداث A لا تقود إلى النتائج C بل إن B المعتقدات والأفكار هي التي تقود إلى النتائج C.فاذاحدث أن شعر الفرد بخبرة انفعالية معينة C كالحزن أو الخوف أو القلق نتيجة لحادث ما A كالفشل في الدراسة فربما يظهر أن A هي التي سببت Cمع أنها ليست كذلك. فعلى الرغم من أن النتائج العاطفية أو الانفعالية(ردود فعل الاضطراب العاطفي وعدم السعادة) تبدو مرتبطة بالحادث A إلا أنها ليست نتيجة مباشرة له بل هي نتيجة مباشرة لـB التي تعود إلى أفكار ومعتقدات الفرد والألفاظ التي يستخدمها في وصف الحادث A وحديثه الذاتي (Self ـTalk). وكيف يفسر الفرد الأمر على أنه مصيبة، أو مخيف، أو مزعج،أو محزن، أو مؤلم، أو إلى غير ذلك من الأفكار والمعتقدات السلبية التي يصف بها الحادث والتي تقوده إلى النتيجة C والتي تتمثل في الشعور بالخوف والحزن أو السعادة والرضى وعند مناقشة أفكار ومعتقدات الفرد وتفنيدها وبيان بطلانها Dispute) D) وتوضيح العلاقة بين أفكاره ومعتقداته وسلوكه واضطرابه فإنه يمكن تعديل هذه الأفكار والمعتقدات ومن ثم ضبط سلوكه نحو ما يمر به من أحداث وعندما يحصل مثل هذا التعديل والتغيير في أفكاره ومعتقداته والرموز اللفظية التي يستخدمها في وصفه للحوادث فإن اضطراباته الانفعالية تختفي نتيجة هذا التفكير العقلاني،وهنا يكون المرشد قد حقق (الهدف) الأثر الفلسفي E Effect واكتسب المسترشد نظاماً معرفياً عقلانياً فتتغير مشاعره تجاه الأحداث Feeling التي يمر بها (Ellis, 1994؛ باترسون ١٩٩٠).

كما يتم ضمن هذه النظرية مناقشة المرشد للطلبة في الانتباه لحديثهم الذاتي السلبي Negative Self - Talk حيث إن حديث الذات السلبي يمكن أن يكون مؤشراً على اضطراب التفكير لدى الفرد، وحديث الذات مايحدّث به الفرد نفسه دون أن يسمعه أحد، وهنا يطلب المرشد أن يتحدث المسترشد بصوت عالٍ ويرى منطقية الأفكار التي يتحدث بها من خلال الاحتكام للمنطق والمجموعة الإرشادية. ويشكك المرشد بهذا الحديث ويطلب من المسترشدين تغييرهذا الحديث بعد أن يثبت عدم جدواه وعدم منطقيته، وكذلك يمكن تحدي هذا الحديث وإثبات بطلانه ويمكن أن يتحدث كل عضو مع نفسه أكثر من مرة بالحديث المنطقي: مثل ما الفائدة من إزعاج الناس؟ هل أرغب بأن يأخذ الآخرون عني فكرة سيئة وهكذا. كما يمكن أن يوجه رسائل إلى نفسه«رسائل موجهة منّي إليّ»وفيها يقول: أنا شخص جيد، كل إنسان يخطئ، أستطيع أن أنجح في دراستي، لا داعي لإيذاء الآخرين، وهكذا(بين، ٢٠٠٥)

ويرى أليس (Ellis, 1994) أن إعادة البناء المعرفي تتضمن خمس مراحل: تعريض المسترشد لمشاعر الشك والقلق واسترجاع ردود الفعل العاطفية المرتبطة بالحوار الداخلي والتحدي العقلاني حيث يتوصل المسترشد إلى الاستبصار الداخليInsight. والاكتشاف إذ يقوم المسترشد بالتمرين العقلي للموقف العاطفي الظاهر وتعزيز الوعي بالعلاقة مابين القلق الحاصل، وتوليد العبارات الذاتية غير العقلانية.التغير حيث يتعلم المسترشد التوقف عن حديث الذات السلبي.«وأن تغيير التفكير يغير المشاعر».

ويرى بين(٢٠٠٥) مجموعة من الأفكار والمعتقدات التي تدفع الأفراد للاستقواء منها الأشياء يجب أن تكون سهلة وسريعة، الآخرون يجب أن يحبوني ويؤيدوني، الآخرون يجعلونني غضبان ومستقوياً، يجب أن أقوم بالانتقام من الآخرين لتصرفاتهم.

وقد ينكر المستقوون أنهم عملوا أي شيء خطأ ويرفضون أن يتحملوا المسؤولية إزاء سلوكهم،فهم يعتقدون أن تصرفاتهم تأتي نتيجة«لخطأ شخص آخر».أو أنهم يعدون ذلك ليس شيئاً مهماً فهنا يتعين على المرشد أن يتحدى طريقة تفكيره دون أن يستخدم أسلوب الوعظ. مثل: «إذا كنت تعتقد أنك لم تستقو على شخص آخر، لكن الآخر يعتقد أنك تستقوي عليه،فمن يكون على صواب» ؟ إن الاستقواء هو في«عين المشاهد» بمعنى أن مشاعر الشخص الآخر هي حقيقية بالنسبة له.وهنا يشجع المرشد الطلبة في البحث عن أخطاء محتملة في فهمهم «ربما الآخرون فهموا شيئا لم يُقصد به إزعاجهم».

واستخدم روكسين (Roxanne,2001) العلاج بالقراءة والقصص في تعليم الأطفال المواقف الجيدة، والاعتقادات المناسبة لوقف الاستقواء. ويرى أن هذه الطريقة تستخدم مع كل الأعمار من خلال تمثيل القصة في عرض مسرحي ويؤيد روكسين أن لا يستخدم هذا الأسلوب لوحده ويمكن أن يكون ملحقاً بالبرامج العلاجية الأخرى.

ويرى رجبي (Rigby, N.D) أن استخدام الوسائل القمعية والتوبيخ ودعوة الآباء للمدرسة غير فعّالة في تخفيض الاستقواء، وان مساعدة المستقوين على تطوير مهاراتهم الاجتماعية،وكفايتهم الذاتية،وبناء مهارات تواصل مع الآباء هي الأساليب المفيدة لتخفيض الاستقواء.

من خلال مراجعة أدب الاستقواء لاحظ المؤلفان أن حجم الاستقواء يختلف من قطر إلى آخر فهي في الدول الاسكندنافية ١٠ بالمئة،بينما في انجلترا ٢٠ بالمئة، وفي النرويج ٢٠ بالمئة وأن النسبة تختلف زيادةً ونقصاناً في أقطار أخرى. كما أنها اختلفت بالتعريف لمفهوم الاستقواء (Bullying) وما تعده ثقافة ما استقواء لاتعده أخرى كذلك، وحتى في الفروق بين الجنسين فإن استقواء الذكور مقبول في بعض الثقافات ويرى على أنه سمة طبيعية للذكور ؛بعكس الإناث حيث يعد سلوكهن الاستقوائي غير مقبول. وأكدت الدراسات بهذا الخصوص على أن الذكور أكثر اشتراكاً في الاستقواء ـ كمستقوين أو ضحايا ـ، وأن أطفال المدرسة الابتدائية ورياض الأطفال هم على الأغلب مستقوى عليهم أو ضحايا.(Wolke et al., 2001) وأن الطلبة الأكبر سناً هم مستقوون، وكذلك هناك اختلاف في مقاييس الاستقواء فبعض الدراسات اعتمدت على الوالدين، أو تقديرات الزملاء والأقران، وبعضها على تقديرات المعلمين لسلوك الطلبة، وكذلك اعتمدت بعض الدراسات على مقاييس للاستقواء مثل مقياس أوليز (Olweus) للاستقواءوغيرها من المقاييس كما أكدت الدراسات على أهمية السياق الثقافي الذي يحدث فيه الاستقواء، واضعة في عين الاعتبار عند مناقشة النتائج وكما يرى (Sarzen, 2002) ليس هناك سبب واحد مباشر مسؤولاً عن الاستقواء

٥ . ٢ خصائص ومطالب مرحلتي الطفولة والمراهقة

١ ـ مرحلة سني المهد (الرضاعة) من الولادة إلى نهاية السنة الثانية (الريماوي، ٢٠٠٨؛ زهران، ١٩٩٧)

تعد هذه المرحلة الأساس واللبنة الحقيقية لتكوين الطفل ، لأنه يضع أساسيات الأنماط السلوكية والعديد من الاتجاهات نحو الذات والآخرين ،

وأنماط التعابير الانفعالية المختلفة ، لذلك ضمن الإسلام استقرار الطفل في حضن أمه لما في ذلك من الاطمئنان النفسي والروحي للطفل .

ومن خصائص النمو في هذه المرحلة :

١ ـ النمو الجسمي : يلاحظ التغيرات في الحجم والشكل بشكل سريع وحدوث تغيرات في النسب الجسمية فيقل حجم الرأس كما يتم نمو العظام بشكل أكثر تعقيداً حتى البلوغ.

٢ ـ النمو الحسي : نمو سريع في حاسة البصر ، ويتميز البصر بالتركيز على الموضوعات القريبة ثم تظل تنمو لتكتمل الشبكية في نضجها فتكون لديه القدرة على إبصار التفصيلات الدقيقة وينشأ التوافق التدريجي بين العينين واليدين . وهكذا بقية الحواس السمع ، والشم، وحساسيات الجلد للمس إذ تنمو لديه بشكل متميز ليستجيب الطفل للمثيرات التي تحيط به حتى يكون واصلاً إلى مرحلة المشاركة الفعالة في مجتمعه الأسري.

٣ـ النمو الانفعالي : من أهم ما يميز هذه المرحلة هو قوة انفعال الأطفال ودوافعهم . ويمتاز الطفل بالغضب السريع والعناد والمقاومة لإثبات شخصيته، كما أن ظهور الأسنان في هذه المرحلة يحدث استجابات انفعالية لدى الطفل ، حتى تكون رغباته قوية وإمكاناته محدودة للغاية.

٤ ـ النمو الحركي : في هذه المرحلة يتعلم الطفل المشي واكتشاف العالم المحيط به، واتصالاته تتركز بمن حوله لتدعيم الجانب الاجتماعي. ويتصف الطفل في هذه المرحلة أنه أكثر اتزاناً من الناحية النفسية ويعتمد على نفسه لإشباع رغباته وحاجاته.

٥ ـ النمو الاجتماعي : إذا ما تعلم الطفل المشي من المرحلة السابقة فإن الجانب الاجتماعي ينمو لديه عن طريق اتصالاته ومزاولته الأنشطة الحركية والعضلية في المحيط الذي يعيش فيه ، ولا بد أن يعامل الطفل في هذه المرحلة باللين وشيء من الرفق ، لأن استجابته للأشياء اللفظية ضعيفة، وشيئاً فشيئاً يبدأ الطفل بإظهار الميل الاجتماعي نحو الآخرين ويؤلف علاقات مع البالغين ممن حوله وعلى الوالدين مراعاة هذا الجانب بالاهتمام والتوجيه والإرشاد والتربية الإسلامية الصحيحة حتى يكتسب الطفل خبرات إيجابية من الذين يحيطون به ، وهذا الجانب له تأثيره على بناء شخصية الطفل .

٦ ـ النمو اللغوي : بداية الحصيلة اللغوية يكتسبها من الذين يحيطون به ويسمع منهم كلمات ومفردات فيحاول الطفل أن يتعلمها حتى يعبر عن أفكاره.

التطبيقات التربوية:

يجب على الأسرة مراعاة ما يلي :

١ ـ الاهتمام بعملية الرضاعة الطبيعية.

٢ ـ عدم المقارنة بين الأطفال.

٣ ـ العمل على عدم تعرض الوليد للمثيرات القوية كالضوء القوي والصوت القوي.

٤ ـ توفير جو مشبع بالحب حتى ينشأ الطفل فيه سعيداً.

٥ ـ يجب إعداد الأطفال في الأسرة لاستقبال الوليد الجديد بالترحاب.

٦ ـ يجب عدم تعويد الطفل على اتخاذ البكاء وسيلة لإشباع رغباته.

٧ ـ الاهتمام بعملية التنشئة الاجتماعية.

٨ ـ إتاحة فرصة حرية الحركة وعدم التعجل في إجبار الرضيع على المشي وأن يترك للطفل حرية استخدام اليد التي يفضلها.

٩ ـ تشجيع الطفل على استخدام اللغة وضرورة تلافي عيوب النطق والكلام منذ البداية بقدر الإمكان.

٢ ـ الطفولة المبكرة من ٢ إلى ٦ سنوات

يتميز الطفل في هذه المرحلة بالاستقلال الذاتي والتكيف بشكل أكبر مع محيطه وبيئته . وعلى المرشد النفسي أن يعرف كيف يقابل احتياجات هذه المرحلة . فالطفل في حاجة للجو الاجتماعي والخبرات الحية حتى يكون نموه سليماً صحيحاً . وإذا ما هيأ المرشد للطفل في هذه المرحلة الجو الاجتماعي الإسلامي وإكسابه الخبرات الإسلامية الصحيحة انعكست هذه التوجيهات والإرشادات النفسية على شخصية الطفل بوضوح في تصرفاته وتعامله مع نفسه والآخرين . لنتعرف على خصائص هذه المرحلة:

١ ـ النمو الجسمي : يتصف الطفل في هذه الخاصية الجسمية من النمو بزيادة النشاط والحركة ، ويمتاز بالسرعة والقوة والدقة، ويصبح هناك تفاعل بين سلوكيات الطفل ونموه الجسمي والحركي.

٢ ـ النمو الحسي (العقلي) : يمتاز الطفل بنشاط عقلي وذهني. فيدرك الطفل الأشياء بأشكالها وأوزانها وألوانها وأزمانها فينشط خيال الطفل وتزيد ثروته اللغوية.

٣ ـ النمـو الانفعالي : تكون الانفعالات أكثر عمومية وحدة من المعتاد. يستطيع الطفـل في هـذه المرحلـة أن يتحكم في تصرفاتـه وعلاقاته وعواطفه في البيئة التي يعيش فيها مع نفسه ومع الآخرين.

٤ ـ النمو الاجتماعي : يكتسب الطفل في هذه المرحلة اتجاهات سلوكية جديدة خارج دائرة محيطه المقتصر على علاقته بوالديه فينمو سلوكه الاجتماعي مع الآخرين ولكن في نطاق محدود ولمجموعة صغيرة.

التطبيقات التربوية للطفولة المبكرة

١ ـ العناية بصحة الطفل الجسمية والنفسية وتحصينه ضد الأمراض .

٢ ـ عدم القلق بخصوص صغر حجم الطفل أو قصره عمن هو في سنه.

٣ ـ تعليـم الطفـل عـادات الأكل ومسـاعدته عـلى تكوين عـادات نوم صحيحة.

٤ ـ تقديـم الخـبرات والتعليـمات اللازمة للنمو الحركـي وعدم التهكم والسخرية من الطفل إذا كانت حركته غير منتظمة.

٥ ـ الالتفـات إلى حـالات العجز الحركي عند بعـض الأطفال والعمل على علاجها مبكراً.

٦ ـ الاهتمام بالإجابة عن تسـاؤلات الطفل بما يتناسب مع عمره العقلي وتنمية الابتكار لديه من خلال استخدام اللعب.

٧ ـ التدريـب عـلى الـكلام يسـاعد في النمو اللغـوي وتـبرزه هنا أهمية القصص المحكية. ويجب تعويد الطفل على عدم اسـتخدام الألفاظ البذيئة .

٨ ـ أهمية توفير الشعور بالأمن والثقة عند الطفل لإشباع حاجاته مع ملاحظة خطورة جعل الطفل موضوع تسلية وتهكم وسخرية .

٩ ـ عدم توقع أن يكون السلوك الاجتماعي للطفل مثالياً في كل الأحوال.

٣ ـ الطفولة الوسطى من ٦ ـ ٩ سنوات

وتمتاز هذه المرحلة من الطفولة بالخصائص التالية :

١ ـ النمو الجسمي : يمتاز الطفل بالحيوية المتدفقة والنشاط الكبير وزيادة في النمو الجسمي من حيث الطول والوزن . ويميل الطفل للمهارات الحركية التي تعتمد على العضلات.

٢ ـ النمو الحسي : تمتاز هذه المرحلة بقوة حاسة اللمس ما يساعده على تعرف العالم المحيط به .

٣ ـ النمو العقلي : يدرك الطفل الأشياء إدراكاً كلياً لا جزئياً ، ويعتمد في تفكيره على الصور البصرية وليس المجردة ويتدرج تفكيره إلى التفكير الواقعي وترك التخيلات . ويميل ميلاً شديداً للحفظ والاستيعاب الآلي. ويمكن استغلال هذه الخاصية لحفظ القرآن الكريم والمأثورات والأدعية.

٤ ـ النمو الانفعالي : يمتاز الطفل بضبط النفس والثبات الانفعالي والاعتدال في الحالات المزاجية . ويكون الطفل واثقاً من نفسه ومن قدراته ومهاراته بشكل واضح.

٥ ـ النمو الاجتماعي : تتسع دائرة الاستقلالية عن والديه بشكل

ملحـوظ ويبحث عـن أصدقاء له من نفس الجنـس . ويميل الطفل للتعاون والعمل الجماعي فتتسـع دائرة علاقاته داخل محيط مدرسته وبيئته.

التطبيقات التربوية لمرحلة الطفولة الوسطى ٦ ـ ٩

١ ـ ملاحظة زيادة حجم الجسـم أو نقصه وسرعة نموه أو بطئه بالنسـبة للعمر الزمني.

٢ ـ توفير فرص التعليم والإرشـاد النفـسي والتربوي الملائم للمعوقين جسمياً لما يتناسب مع حالاتهم.

٣ ـ عدم التضايق من كثرة حركة الأطفال في هذه المرحلة.

٤ ـ إعداد الطفل للكتابة وتعويده مسك القلم والورقة .

٥ ـ ملاحظـة أن تكـون كتـب القـراءة مصـورة وخطها كبـيراً وكذلك الوسائل التعليمية.

٦ ـ تزويد الطفل بقدر مناسـب من المعلومات عن المدرسـة قبل دخوله وتشـجيع حـب الاسـتطلاع عنـد الطفـل وتنميـة ميولـه واهتمامه والابتكار لديه.

٧ ـ الاكتشـاف المبكـر لأمراض الـكلام مثل اللثغة والتهتهة وتشـجيع الأطفال على الكلام والتحدث والتعبير الحر الطليق .

٨ ـ عـدم اتبـاع نظام صارم وجـاف في التعليم وكذلـك خطورة مقارنة الطفل بإخوته أو رفاقه.

٩ ـ إتاحة فرصة التنفيس والتعبير الانفعالي عن طريق اللعب.

٤ ـ الطفولة المتأخرة : ٩ ـ ١٢ سنة

يمتاز طفل هذه المرحلة بالمشـاركة الفعالة في المجتمع الذي يعيش فيه ، ومن أبرز خصائص النمو في هذه المرحلة :

١ ـ النمـو الجسـمي : يكون النمو تدريجياً حيـث يعقبها مرحلة المراهقة وهي بحاجة لطاقة كبيرة.

٢ ـ النمـو الحسي : يلاحـظ تحسـن كبـير في حـواس الطفـل : البصرية والسمعية والحسية واللمسية بشكل ملحوظ.

٣ ـ النمـو العقـلي : يمتـاز طفـل هذه المرحلـة بالذكاء والقـدرة العقلية والانتماء للمواضيع المختلفة ذات العلاقات البسيطة.

٤ ـ النمـو الانفعـالي : يمتـاز الطفـل في هـذه المرحلة بالهـدوء الانفعالي وزيادة ضبط النفس والحذر وكبت المشـاعر ويميل بشكل ملحوظ للعـب . ويرغـب طفل هذه المرحلة أن يشـعر بالأمـان والاطمئنان وتقديـم الـذات في مجال دراسـته خاصـة وبيئته المنزليـة عامة . وإذا ما اسـتغل المرشـد الطلابي هـذه الصفـة المميزة لطفل هـذه المرحلة التعليميـة ، اسـتطاع أن يضـع البرامج الإرشـادية المناسـبة لأطفال المرحلة الابتدائية.

٥ ـ النمو الاجتماعي : يميل الطفل لمجموعة أقرانه والولاء لهم والتعاون معهـم حتى ينمو لديه الشـعور بالانتماء نحو جماعتـه ، وتنمو بينهـم روح المنافسـة المنظمـة . وبإمـكان المرشـد في المرحلـة الابتدائية أن يخطـط البرامـج الإرشـادية التربوية المناسـبة لطلاب هـذه المرحلة التعليمية حتى ينمي ذواتهم نحو أنفسـهم وغيرهم وإكسابهم معنى التفاعل الإيجابي مع رفقاء نفس العمر.

التطبيقات التربوية للطفولة المتأخرة ٩ ـ ١٢

١ ـ ملاحظة أي اضطرابات نفسية جسمية والمبادرة بعلاجها .

٢ ـ استغلال هذه المرحلة في التدريب على المهارات الحركية والاهتمام بالتعليم عن طريق الممارسة.

٣ ـ أهمية النماذج المجسمة التي تتيح للطفل فرص الإدراك البصري واللمسي.

٤ ـ عدم إجبار الطفل في هذه المرحلة على الاختيار المهني.

٥ ـ تدريب الأطفال على سلوك النقد والنقد الذاتي عن طريق تقديم نماذج سلوكية حية.

٦ ـ العمل على تنمية المواهب والابتكار وتوسيع الاهتمامات العقلية لتنمية حب الاستطلاع.

٧ ـ التدريب اللغوي السليم والعناية باللغة العربية الفصحى.

٨ ـ أهمية إشباع الحاجات النفسية خاصة الشعور بالأمن والتقدير والنجاح والانتماء إلى جماعة.

٩ ـ تقدير فردية الطفل وتنمية شخصيته الاجتماعية.

١٠ ـ حماية الطفل من الإهمال والقسوة والاستغلال وعدم تكليفه بأعمال تعوق تعليمه ونموه وتؤثر على صحته.

٥ ـ مرحلة المراهقة (١٢ ـ ٢١) سنة

مفهوم المراهقـة :

هـي التـدرج نحـو النضـج الجنسي والجسـمي والعقـلي والاجتماعـي والسـلوكي وهـي فـترة في مجـرى النمـو لهـا بدايـة ونهايـة ، بدايتهـا البلوغ حيـث يتحقـق النضج الجنسي للفرد ، ونهايتها الرشـد حيـث يتحقق النضج الاجتماعي والانفعالي .

أشكال المراهقة

أ ـ المراهقة المتكيفة

يمتـاز هذا النوع بالهدوء النفسي والاتزان الانفعالي والعلاقة الاجتماعية الإيجابية مع الآخرين داخل الأسرة والمدرسة والمجتمع . ويجتاز فترة المراهقة دون معاناة شـديدة فله اهتمامات كثيرة يحقق من خلالها ذاته ووجوده. وهو مدرك لمسؤولياته ، واع للتغيرات التي تحدث له ولما يجري حوله.

ويرى مغاريوس أن المعاملة المنزلية القائمة على الاتزان وتفهم حاجات المراهق والنجاح المدرسي ، والصداقات الموفقة ، وتوفير الفرص التي تعلمه الاستقلال وتحمل المسؤولية وراء المراهقة المتكيفة.

ويشـير بعـض العلـماء إلى أن المراهقـين قد يصلـون إلى النضـج في يسر وسـهولة عندما يضع الآباء حـدوداً وضوابط على سـلوكهم، وعندما يتخذ الآباء موقفاً يتسم بالحب والتعاطف والإيجابية.

ب ـ المراهقة الانسحابية

يميـل هذا النوع إلى الانطواء والعزلة ، فلا يشـارك الآخرين اهتماماتهم ونشـاطهم، ويعـبر عن آرائه وأفـكاره عبر المذكرات الشـخصية ، ويميل إلى النقـد والتهجـم عـلى الآخرين وتشـتد لديه أحـلام اليقظة فهو يحقـق أمانيه وطموحاته من خلالها، ولا يفضل النشاطات الرياضية أو الاجتماعية العامة، ولا يجـد فرصة لإثبات ذاته إلا من خلال النقد أو التهجم أو التعصب لآراء أو فلسفات معينة.

ج ـ المراهقة العدوانية المتمردة

ويتمثـل هذا النوع في بروز الاتجاهات العدائية ضد الأسرة أو المدرسـة وأحيانـاً ضد الذات ، فقد يلجأ المراهق إلى التمرد على الوالدين ، أو الأنظمة المدرسـية ويقـوم بأعـمال تخريبيـة ، وقـد يلجـأ للتدخين أو اخـتراع قصص المغامـرات ، ويبـدو أن هـذا راجع إلى إحسـاس المراهق بأنه مظلـوم ، أو أن أحداً لا يثق به أو يهتم به .

وتلعب أساليب التربية الضاغطة المتزمتة، أو القائمة على النبذ والحرمان، وكثرة الإحباطات دوراً كبيراً في المراهقة العدوانية أو الانسحابية.

د ـ المراهقة المنحرفة

يمتـاز هذا النوع بانغماس المراهق في ألوان السـلوك المنحرف كالإدمان عـلى المخـدرات أو السرقـة أو تكويـن عصابـات أو الانحـلال الخلقـي أو الانهيار العصبي. ويبدو أن هذا النموذج قد تعرض أفراده إلى خبرات شـاذة

أو صدمات عاطفية عنيفة مع انعدام الرقابة الأسرية أو القسوة الشديدة في معاملته ، وتكاد الصحبة السيئة أن تكون عاملاً مهماً في المراهقة المنحرفة.

المراهقة المبكرة (١٢ ـ ١٤ سنة)

(تشمل هذه الفترة طلاب المرحلة المتوسطة)

في هذه المرحلة يتضاءل السلوك الطفولي وتبدأ في الظهور المظاهر الجسمية والفسيولوجية والعقلية والانفعالية والاجتماعية المميزة للمراهقة، وأبرز مظاهر النمو في هذه المرحلة هو النمو الجسمي.

خصائص النمو الفسيولوجي

تُعد المراهقة فترة من فترات التغير الفسيولوجي الملحوظ وأهم تغير فيها هو حدوث البلوغ الجنسي.

يُعد البلوغ بمثابة الميلاد الجنسي للفرد ويتحدد البلوغ بخشونة الصوت ونمو شعر العانة وظهور الخصائص الجنسية الثانوية ويسبق البلوغ الجنسي فترة نمو جسمي سريع وخاصة في الطول.

الذكور الذين يبلغون «مبكراً» قد يتصفون ببعض الخصائص منها :

- صعوبة التفاعل مع جوانب ومتطلبات الحياة بمستوى النضج الذي يتوقعه منهم الكبار.
- الشعور بالثقة في النفس والميل إلى الاستقلال.
- الشعور بالسعادة لاتجاه الأنظار إليهم وقبولهم أدواراً قيادية.

الذكور الذين يبلغون «متأخراً» قد يتصفون ببعض الخصائص منها :

ـ التأخر اجتماعيا ورياضياً عن رفاق سنهم.

ـ الخجل والقلق.

ـ اللجوء إلى سلوك طفولي (النكوص) والسعي لجذب انتباه الآخرين.

ـ الشعور بالنقص والقصور والاعتماد على الآخرين وتكوين مفهوم سالب للذات وسوء التوافق الاجتماعي والانفعالي.

(ويتوقف ذلك على نوعية أساليب التنشئة الاجتماعية في المنزل والمدرسة).

التطبيقات التربوية

أ ـ دور المدرسة :

ـ إعطاء المعلمين في هذه المرحلة المزيد من المعلومات الصحيحة عن تغيرات البلوغ عن طريق النشرات والندوات، التي يقدمها المختصون في هذا المجال.

ـ تفعيل دور التوجيه والإرشاد الوقائي في المدرسة من خلال الإذاعة المدرسية والصحافة المدرسية وعن طريق الندوات والمحاضرات في توجيه المراهقين بالابتعاد عن الإفراط في السهر وعدم ممارسة عادة التدخين.

ب ـ دور الأسرة:

ـ الاهتمام بعادات النوم السليمة من حيث اختيار الأوقات المناسبة والفترة الكافية لذلك.

ـ العناية بالتغذية الجيدة التي تحتوي على جميع العناصر الغذائية المتوازنة مـع التأكيد عـلى أهمية تنـاول وجبة الإفطـار بالمنزل قبـل الذهاب إلى المدرسة.

خصائص النمو الجسمي :

مظاهـره :

يتميز النمو الجسمي في هذه المرحلة بسرعته الكبيرة فيزداد الطول زيادة سريعة ويزداد نمو العضلات والقوة العضلية والعظام.

العوامل المؤثرة فيه :

المحددات الوراثية والجنس (ذكر – أنثى) والتغذية وإفرازات الغدد.

التطبيقات التربوية:

أ ـ دور المدرسة :

ـ العنايـة بالطـلاب المعوقـين (ذوي الإعاقـات والعاهـات الجسـمية البسـيطة) بالمدرسـة وتوفير الخدمات التعليمية والتربوية والإرشادية الملائمة لهم والتنسـيق مع المؤسسات الصحية والاجتماعية للإفادة من الخدمات المتخصصة المتوفرة في هذا المجال.

ـ مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب من حيث العمر الزمني والمستويات التحصيلية والقدرات وغيرها .

- التقليل من الألعاب الرياضية أو التمارين الصباحية التي تتطلب درجة عالية من الدقة في الحركات.
- توفير الأطعمة الجيدة والمشروبات المفيدة في مقصف المدرسة التي تتوفر فيها جميع عناصر الغذاء الصحي.

ب ـ دور الأسرة :

- الاهتمام بالعادات الصحية السليمة مثل نظافة الجسم والأسنان والملابس وغيرها .
- تجنب المقارنة بين المراهقين من حيث الطول والوزن والقدرات وغيرها.
- الاهتمام بالغذاء الجيد وتوفير الأطعمة المتنوعة التي تحتوي على أكثر العناصر الغذائية.

خصائص النمو الحركي :

يرتبط النمو الحركي بالنمو الجسمي والنمو الاجتماعي.

مظاهره :

تنمو القدرة والقوة الحركية بصفة عامة وقد يلاحظ الميل إلى الخمول والكسل وتكون حركات المراهق غير دقيقة ويطلق على هذه المرحلة (سن الارتباك) فقد يكثر اصطدام المراهق بالأثاث وسقوط الأشياء من يده والسبب طفرة النمو.

التطبيقات التربوية :

أ ـ دور المدرسة :

- الاهتمام بمادتي التربية الرياضية والتربية الفنية (مهارات اللعب) لما لها من دور فعال في تعزيز النشاط الحركي لدى الطالب في هذه المرحلة ونمو شخصيته النفسية والاجتماعية وتكوين مفاهيم إيجابية عن الذات، حيث تتيح له فرصة اختيار قراراته واستخدام إمكاناته للتكيف مع الآخرين.
- مراعاة الفروق الفردية بين المراهقين في النشاط الحركي.
- مراعاة المراهقين الذين يعانون من مشاكل صحية وعدم إجبارهم على أداء التمارين الرياضية التي تتطلب جهداً كبيراً .

ب ـ دور الأسرة :

- الاستفادة من الخدمات الرياضية للمراهقين التي تقدمها بعض المؤسسات التربوية في المجتمع مثل الأندية الرياضية والمراكز الصيفية ومراكز الأحياء وغيرها.
- توفير فرص الترفيه وأنواع النشاط الحركي الملائم التي يمكن مزاولتها في المنزل مثل الدراجات والحاسب الآلي والقيام برحلات عائلية يزاول فيها المراهق شتى الألعاب الحركية.

خصائص النمو العقلي :

مظاهــره :

ينمو العقل والقدرات تتضح بشكل واضـح ويكون الذكاء العام أكثر وضوحـاً وتزداد القدرة في سرعة التحصيل والقدرة على التخيل وتزداد مدة الانتباه والقدرة على التفكير المجرد.

العوامل المؤثرة فيه :

الوراثة – التوافق الانفعالي – النمو الجسمي – وسائل الإعلام.

التطبيقات التربوية:

أ ـ دور المدرسة :

ـ مراعـاة الفـروق الفرديـة في الإرشـاد التربـوي والتحصيـل الدراسي وتقسيم الطلاب في الفصول الدراسية حسب قدراتهم العقلية.

ـ توجيه الطالب إلى الإحاطة بمصادر المعرفة خارج المدرسة والاستفادة من المكتبات وأجهزة الحاسب الآلي وغيرها .

ـ تنميـة القدرات العقلية الخاصة من خلال المواد الدراسـية والوسـائل التعليمية المختلفة كالقدرة اللغوية والقدرة الرياضية وغيرها .

ـ مساعدة الطالب على الاستبصار بقدراته الذاتية وميوله واتجاهاته.

ـ تنمية الهوايات والابتكارات من خلال أنواع الأنشطة المختلفة.

ـ تشجيع الرغبة في التحصيل والهوايات والابتكارات.

ب ـ دور الأسرة :

ـ مراعاة عدم إجبار المراهق على اتخاذ قرار بخصوص اختيار مهنة معينة في هذه المرحلة.

ـ تشجيع الطالب على الرغبة في التحصيل العلمي.

ـ توفير المثيرات التربوية المناسبة للنمو العقلي في المنزل مثل الكتب والقصص والألعاب التي تتطلب قدرات معينة في التفكير.

ـ تنمية قدرة المراهق على الحفظ من خلال تلاوة القرآن الكريم وحفظه والمداومة عليه.

خصائص النمو الانفعالي :

تتصف الانفعالات في هذه المرحلة بأنها انفعالات عنيفة ومتهورة ويظهر التذبذب الانفعالي ويلاحظ التناقض الانفعالي والسعي نحو تحقيق الاستقلال الانفعالي ويبدو الخجل والانطوائية والتمركز حول الذات ويكون الخيال خصباً.

التطبيقات التربوية :

أ ـ دور المدرسة :

ـ الاهتمام بأي مشكلة انفعالية تظهر عند المراهق والمبادرة في المساعدة في حلها قبل أن تستفحل.

ـ تنمية قدرة المراهق على الحوار وإبداء الرأي والمناقشة من خلال المواقف التعليمية والبرامج التربوية وعقد الجلسات الإرشادية.

- إتاحة فرصة التنفيس والتعبير الانفعالي عن طريق اللعب والرسم والتمثيل والإذاعة المدرسية ..الخ.

ب ـ دور الأسـرة :

- مساعدة المراهق في تحقيق الاستقلال الانفعالي.
- التعامل مع المراهق بمرونة بعيداً عن اللجوء إلى استخدام العنف والشدة والتزمت في المعاملة.
- مساعدة المراهق في التخلص من التناقض الانفعالي.
- تهيئة جو أسري نفسي خال من التوترات والمشكلات الأسرية.

خصائص النمو الاجتماعي :

مظاهره :

يتسع نطاق الاتصال الاجتماعي ويظهر الاهتمام بالمظهر الشخصي وتلاحظ النزعة إلى الاستقلال الاجتماعي والميل إلى القيادة وينمو الوعي الاجتماعي.

العوامل المؤثرة فيه :

الاستعداد ـ اتجاهات الوالدين ـ الأسرة ـ المدرسة ـ المجتمع ـ الخبرات الاجتماعية .

التطبيقات التربوية :

أ ـ الأسرة :

ـ الاهتمام بالتربية الاجتماعية في الأسرة والمدرسة والمجتمع والعناية بمجالات النشاط التي تحقق أهداف التربية الاجتماعية عن طريق الإرشاد النفسي .

ـ الاهتمام بتعليم وتدعيم وتنمية القيم والمعايير السلوكية السليمة.

ـ إشراك المراهق في النشاط الاجتماعي الذي يتلاءم وميوله.

ـ تنمية حاجة الانتماء لدى المراهق من خلال إشراكه في الأنشطة الطلابية المختلفة مع زملائه الآخرين.

ب ـ دور الأسرة :

تجنيب المراهق مشاهدة بعض البرامج التلفزيونية الموجهة التي تبث من خلال القنوات الفضائية المفتوحة التي تدعو إلى سلوك العنف والرذيلة أو غيرها من السلوكيات المنحرفة التي تتنافى مع القيم والمبادئ الإسلامية.

خصائص النمو الجنسي :

مظاهره :

يشعر بالدافع الجنسي ويتحول الميل إلى الجنس الآخر.

التطبيقات التربوية :

أ ـ دور المدرسة :

ـ إرشاد الشباب إلى عدم ممارسة العادة السرية وبيان أضرارها .

ـ شغل أوقات المراهق بالنشاطات المختلفة المفيدة.

ـ تنمية الميول والاهتمامات الأدبية والعلمية والفنية والرياضية.

ـ تذكير المراهق بحديث الرسول ﷺ (يا معشر الشباب من استطاع منكم الباءة فليتزوج فإنه أغض للبصر وأحصن للفرج ومن لم يستطع منكم فعليه بالصوم فإنه له وجاء).

ب ـ دور الأسرة :

ـ تشجيع المراهق على ضبط النفس والتحكم في رغباته الجنسية.

ـ تجنيب المراهق مشاهدة الأفلام والقنوات الفضائية التي تستثير الشباب.

ـ توجيه المراهق إلى قراءة القصص والمجلات التي تساعد على ضبط سلوك المراهق .

ـ تنمية القيم الأخلاقية والمعايير الاجتماعية.

خصائص النمو الديني :

مظاهره :

ينمو الشعور الديني ويلاحظ إعادة تقييم للقيم الدينية.

التطبيقات التربوية:

أ ـ دور المدرسة :

ـ الاستفادة من مناهج التربية الإسلامية وتطبيقاتها السلوكية.

ـ إقامة صلاة الظهر يومياً في المدرسة والتأكد من مواظبة جميع طلاب المدرسة عليها.

ـ تنظيم المسابقات الدينية المتنوعة بين طلاب المدرسة والتي تعمل على تنمية جوانب النمو الديني بأبعادها المختلفة.

ب ـ دور الأسرة :

ـ القدوة الحسنة من قبل الوالدين في الحرص على الممارسة السلوكية الفعلية للعبادات والمعاملات الطيبة مع الآخرين في جميع الأمور في المنزل والمجتمع.

ـ تشجيع المراهقين على المشاركة في الحلقات الملحقة بالمساجد لتلاوة القرآن الكريم وحفظه وتجويده.

ـ توجيه المراهق نحو أداء الصلاة في المسجد في أوقاتها المفروضة مع

التأكيد على وجود سلوك النموذج الخير والقدوة الصالحة سواء في المنزل أو المجتمع.

خصائص النمو الأخلاقي :

قال ﷺ(اتق الله حيثما كنت واتبع السيئة الحسنة تمحها وخالق الناس بخلق حسن).

مظاهره :

يتبع المراهق معتقداته الأخلاقية التي اكتسبها خلال ما مضى من سنوات عمره وما مر به من خبرات وما تعلمه من معايير السلوك الأخلاقي .

التطبيقات التربوية :

أ ـ دور المدرسة :

- الاهتمام بالتربية الأخلاقية من خلال القدوة الحسنة والنموذج الجيد مع الاستفادة من مناهج التربية الإسلامية وتطبيقاتها السلوكية.
- تعليم السلوك الأخلاقي المرغوب وفقاً لتعليمات ومبادئ شريعتنا الإسلامية الغراء وتوفير الخبرات المناسبة.
- الاقتداء بأخلاقيات الإسلام المستمدة من القرآن الكريم ومن الأفعال والأقوال التي كان يمارسها رسولنا الكريم ﷺ وصحابته الكرام وغرسها في سلوك جميع الطلاب بالمدرسة.

ب ـ دور الأسرة :

- الاقتداء بأخلاق الرسول ﷺ في سلوكه (أقواله وأفعاله) في جميع أمور الحياة بصفة عامة ، وفي تربية الأبناء بصفة خاصة.
- تنمية القيم والمبادئ الإسلامية الحميدة والتأكيد عليها .
- حث الأبناء وتشجيعهم على مداومة قراءة القرآن الكريم بتدبر وتأمل والاطلاع على سيرة الأنبياء والصالحين في هذا المجال .

المراهقة الوسطى (١٥ ـ ١٧) سنة

هـذه المرحلة تقابل المرحلة الثانوية وهي ذروة المراهقة وفيها تتضح كل المظاهر المميزة لمرحلة المراهقة بصفة عامة.

خصائص النمو الجسمي :

مظاهره :

تتباطأ سرعة النمو الجسمي مع زيادة في الطول والوزن وتزداد الحواس دقة وتتحسن الحالة الصحية.

التطبيقات التربوية :

أ ـ دور الأسرة :

- توفير الأطعمة الجيدة والمشروبات المفيدة التي تتوفر فيها جميع عناصر الغذاء الصحي المتوازن .

- الاستفادة من مادة العلوم وتطبيقاتها العملية التي تعمل على تنمية جوانب النمو الجسمي بأبعادها المختلفة.
- الابتعاد عن الألعاب الرياضية التي تتطلب طاقة وجهداً كرياضة حمل الأثقال لأن جسم المراهق في حالة نمو.
- الاهتمام بالأهداف المعرفية في المواد الدينية لتعريف الطلاب وتبصيرهم ببعض مشاكلهم كممارسة عادة التدخين واختيار الرفاق.
- تفعيل دور الإرشاد الوقائي في المدرسة من خلال الإذاعة المدرسية وجماعة التوجيه والإرشاد وتقديم الخدمات المناسبة في ذلك .

ب ـ دور الأسرة :

- تجنب التركيز على النمو العقلي على حساب النمو الجسمي.
- مراعاة الفروق الفردية بين الأبناء في هذه المرحلة.
- الاهتمام بالغذاء الجيد الذي يحتوي على جميع العناصر الغذائية.
- عدم تكليف الأبناء بالأعباء المنزلية التي تتطلب جهداً لأن مظهر المراهق الخارجي لا يعبر عن قوته الفعلية.

خصائص النمو الفسيولوجي :

مظاهره :

تقل ساعات النوم عن ذي قبل وتثبت عند نحو ٨ ساعات ليلاً وتزداد الشهية والإقبال على الأكل ويرتفع ضغط الدم تدريجياً مع انخفاض معدل النبض قليلاً.

التطبيقات التربوية :

أ ـ دور المدرسة :

ـ نشر الثقافة الصحية بين الطلاب في المدرسة عن طريق الندوات والمحاضرات والإذاعة المدرسية.

ـ الاستفادة من المناهج العلمية التي تساعد على النمو الفسيولوجي.

ـ الاستفادة من برامج التوجيه والإرشاد داخل المدرسة.

ب ـ دور الأسرة :

ـ مراعاة الفروق الفردية بين المراهقين.

ـ مراعاة التغير الفسيولوجي للمراهقين خلال هذه المرحلة.

خصائص النمو الحركي :

وتتميز هذه المرحلة بإتقان المهارات الحركية الدقيقة.

مظاهره :

تصبح حركات المراهق أكثر توافقاً وانسجاما ويزداد نشاطه وقوته ويزداد إتقان المهارات الحركية وتزداد سرعة زمن الرجع (الاستجابة).

العوامل المؤثرة فيه :

يتأثر النمو الحركي تأثراً سلبياً في حالة وجود إعاقة جسمية أو إعاقة حسية.

التطبيقات التربوية :

أ ـ دور المدرسة :

ـ تشجيع ورعاية النمو الحركي عن طريق الأنشطة المختلفة.

ـ تجنب دفع المراهقين غير المتكافئين في النمو الحركي إلى التنافس رياضياً تجنباً للمشاكل النفسية.

ـ رعاية المراهقين الذين يجدون أنفسهم بعيداً عن النشاط الحركي بسبب الإعاقة الجسمية.

ـ الاستفادة من برامج التربية الرياضية في مساعدة المراهقين المنطوين.

ب ـ دور الأسرة :

ـ الاستفادة من الأندية الرياضية والمراكز الصيفية ومراكز الأحياء.

ـ القيام برحلات عائلية يزاول من خلالها المراهقون الألعاب الحركية.

ـ توفير فرص الترفيه الملائمة في المنزل والتي تساعد على تنمية النمو الحركي.

خصائص النمو العقلي :

مظاهره :

يزداد نمو القدرات العقلية وتظهر القدرات الابتكارية وتتسع المدارك وتزداد القدرة على التحصيل ونمو الميول والاهتمامات.

العوامل المؤثرة فيه :

يلعب التعليم دوراً واضحاً في إبراز الفروق الفردية في النمو العقلي ويؤثر نظام التعليم في النمو العقلي ويشمل ذلك المنهج وشخصيات المعلمين وأوجه النشاط المختلفة، ومن العوامل التي تعوق النمو العقلي الحرمان الثقافي والفشل الدراسي والإهمال وسوء الرعاية وانخفاض الدافعية نحو التعليم.

التطبيقات التربوية :

أ ـ دور المدرسة :

- تدريب الطلاب على استخدام الأسلوب العلمي في التفكير .
- تنمية الدافع إلى التحصيل الدراسي والتعلم بأقصى قدر تسمح به استعدادات وإمكانات المراهق.
- مراعاة الفروق الفردية في قدرات المراهقين المختلفة في عملية الإرشاد وتكييف العمل المدرسي حسب قدراتهم وميولهم ومواهبهم.

- تشـجيع ولي الأمر وحثه على زيارة المدرسـة وإيجاد علاقة متوازنة مع المعلمين وحضور الجمعيات العمومية ومجالس الآباء والمعلمين وجميع أنواع النشاط المتعلقة بها .
- توزيع المراهقين على شـكل مجموعات لمناقشـة المشـكلات والعقبات التي تعترض سـيرهم الدراسي وذلك من قبل مدير المدرسـة والمرشد الطلابي والمعلمين.

ب ـ دور الأسرة :

- تشجيع حب الاستطلاع لدى المراهق وتنمية ميوله واتجاهاته وقدراته ومحاولاته الابتكارية.
- تشـجيع المراهق على التعلم الذاتي من خلال المكتبات والحاسب الآلي وكافة الوسائل المتاحة.
- عقـد المسـابقات الثقافيـة التي تعمل عـلى تنمية جوانـب النمو العقلي بأبعادها المختلفة، وتوفير المثيرات التربوية.
- تقبـل كثـرة انتقـادات المراهـق (نتيجـة لظهـور التفكير المجـرد لديه) ومسايرتها ومناقشته لإقناعه عند النظرة أو الفكرة الخاطئة.
- إعطـاء المراهـق الفرصـة للتفكير في مشـكلاته ومن ثـم التعامل معها وحلها ويكون التدخل بالتوجيه والمساعدة.

خصائص النمو الانفعالي :

يكاد النمو الانفعالي في هذه المرحلة يؤثر في سـائر مظاهر النمو وفي كل جوانب الشخصية.

مظاهره :

تظل الانفعالات قوية وحماسـية وتلاحظ الحساسية الانفعالية ومشاعر الغضب والتمرد نحو مصادر السلطة في الأسرة والمدرسة والمجتمع.

ويلاحـظ الخوف في بعض المواقف وتتعدد طـرق التعبير عن الانفعالية الشديدة ومنها الحالات العصبية – الحيل الهروبية – تقلب المزاج –اضطراب الشهية.

التطبيقات التربوية :

أ ـ دور المدرسة :

ـ رعاية النمو الانفعالي السـوي وتعزيزه وتفهم سلوك المراهق وإشعاره بالتقبل والتقدير (إشباع حاجاته النفسية والاجتماعية) ليستطيع التعبير عن انفعالاته تعبيراً صحيحاً.

ـ اجتنـاب المعلمين الأسـاليب العقابية غير التربويـة (كالعقاب البدني) أو السخرية أو الاستهزاء عندما تصدر من المراهق سلوكيات خاطئة.

ـ فهم الأسباب والدوافع الكامنة تحت الاستجابات الانفعالية السطحية (السلوك الظاهري) وعلاجها بالأساليب النفسية والتربوية المناسبة.

ـ تهيئة الجو النفسي المدرسي الخالي من المشـكلات والمعوقات الدراسـية من خلال أسرة المدرسة من مدير ومرشد طلابي ومعلمين.

ب ـ دور الأسرة :

- ـ تربية الانفعـالات وترويضها من أجل تحقيق التوافق الانفعالي وذلك عـن طريـق تنمية الثقـة في النفـس والتغلـب عـلى المخـاوف وضبط الانفعالات.
- ـ العمـل عـلى شـغل أوقـات الفـراغ للمراهقـين بالمفيـد مـن الأعـمال والهوايات.
- ـ مساعدة المراهق في تحديد فلسفة ناجحة في الحياة.
- ـ نزع المراهق من الحالات الانفعالية التي يمر بها (كالحزن ـ الاكتئاب ـ اليأس) ومساعدته على تجاوزها.

خصائص النمو الاجتماعي :

مظاهره :

تتضـح الرغبـة الأكيـدة في تأكيـد الـذات إلى مسـايرة الجماعـة ويظهـر الشعور بالمسؤولية الاجتماعية والميل إلى مساعدة الآخرين والاهتمام باختيار الأصدقـاء وتنمو الاتجاهات وتتنوع الميول ويـزداد الوعي الاجتماعي والميل إلى النقد والرغبة في الإصلاح الاجتماعي .

العوامل المؤثرة فيه :

الجو النفسي الأسري – المدرسـة – جماعة الأصدقاء – وسـائل الإعلام المختلفة.

التطبيقات التربوية :

أ ـ دور المدرسة :

ـ استثمار ميول المراهق في تنمية شخصيته.

ـ تنمية التفاعل الاجتماعي التعاوني بين المراهقين ومعلميهم في المدرسة.

ـ تنمية التربية الاجتماعية (التربية الوطنية) والتي تركز على الانتماء للمجتمع وتنمية القيم الصالحة والاتجاهات الايجابية والتزام الآداب الاجتماعية العامة وعلى المرشد الطلابي والمعلمين دور كبير في تنمية هذا الجانب.

ـ اكتشاف حالات القلق الاجتماعي (الانطواء ـ الخجل ..) ومعرفة أسبابها وعلاجها نفسياً وتربوياً.

ـ إكساب المراهق القيم والمبادئ والعادات الاجتماعية المقبولة (احترام المدرسة ـ احترام الزملاء ـ التسامح ـ المحافظة على الأثاث المدرسي والكتب الدراسية والممتلكات العامة والخاصة).

ب ـ دور الأسرة :

ـ تنمية ميل المراهق إلى فهم الآخرين ومساعدتهم.

ـ فتح باب المناقشة والحديث بقلب مفتوح وعقل متنور حول الموضوعات العامة.

ـ العمل على زيادة تقبل المسؤولية الاجتماعية وإتاحة الفرصة لممارستها.

خصائص النمو الجنسي :

مظاهره : تزداد الانفعالات الجنسية ويزداد التعرض للمثيرات الجنسية والاهتمام بالجمال.

العوامل المؤثرة فيه :

شخصية المراهق – المجتمع الذي يعيش فيه – الحالة الاجتماعية والاقتصادية والثقافية – الاتجاه الديني.

التطبيقات التربوية :

أ ـ دور المدرسة :

- تزويد المراهق بمعلومات عن أنواع الأمراض التناسلية وطرق الوقاية منها .
- إشراك المراهقين في الأنشطة الدينية والاجتماعية بأنواعها المختلفة.
- الاستفادة من مناهج التربية الإسلامية وتطبيقاتها السلوكية.

ب ـ دور الأسـرة :

- تشجيع المراهقين على ضبط النفس .
- تجنيب المراهقين مشاهدة القنوات والأفلام التي تستثير الشباب.
- التأكيد على المعايير الاجتماعية والقيم الأخلاقية والتعاليم الدينية والجوانب النفسية المتعلقة بالزواج وخطورة العلاقات غير الشرعية.

خصائص النمو الديني :

مظاهره :

تشاهد اليقظة الدينية العامة ويسود روح التأمل والنشاط الديني العملي.

التطبيقات التربوية :

أ ـ دور المدرسة :

ـ الاهتمام بالتطبيقات العملية لمواد التربية الإسلامية بالمدرسة من خلال الفصل أو المسجد الموجود بالمدرسة.

ـ تكوين جماعة التربية الإسلامية وإبراز نشاطها من خلال الإذاعة المدرسية والنشرات والمجلات الحائطية.

ب ـ دور الأسرة :

ـ الأخذ بمبادئ الشريعة الإسلامية الغراء باعتبارها المصدر الرئيس في تنمية الإنسان الصالح.

ـ تعويد الأبناء على اكتساب القيم الإسلامية التي يحث عليها ديننا الإسلامي الحنيف.

خصائص النمو الأخلاقي :

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ «أكمل المؤمنين إيماناً أحسنهم خلقاً، وخياركم خياركم لنسائهم».

مظاهره :

يكـون المراهق قد تعلـم المشـاركة الوجدانية والتسـامح والأخلاقيات الفاضلة.

التطبيقات التربوية :

أ ـ دور المدرسة :

ـ تعليـم السـلوك الأخلاقي المرغـوب وفقاً لتعليمات ومبـادئ شريعتنا الإسلامية الغراء.

ـ الاقتـداء بالأخلاق الإسـلامية المسـتمدة مـن القرآن الكريم والسـنة النبوية المطهرة.

ب ـ دور الأسرة :

ـ تعزيز نمو السلوك الأخلاقي الفاضل لدى المراهق.

ـ الاهتمام بالتربية الأخلاقية والتنشـئة الاجتماعية الإسـلامية والتعاون مع المدرسة في تقويم ما يعوج من سلوكيات ومعالجة ذلك بالأساليب التربوية المناسبة التي تؤدي إلى إصلاحهم.

المراهقة المتأخـرة(١٨ ـ ٢١ سنة)

وهـي مرحلة يتخـذ الفرد فيها قرارين مهمين همـا اختيار المهنة واختيار الزوجة.

خصائص النمو الجسمي :

مظاهره :

يتم النضج الهيـكلي في نهاية هذه المرحلة ويزداد الطول والوزن وتتضح النسب الجسمية الناضجة ويتضح النضج الجسمي في نهاية هذه المرحلة.

التطبيقات التربوية :

أ ـ دور المدرسة :

- توعيـة المراهقـين بأهمية التربيـة الرياضية وتنمية جوانبهم الشـخصية المختلفة.
- توعية المراهق بطبيعة وحقيقة التغيرات الجسمية في هذه الفترة على أنها مظهر من مظاهر النمو.
- توجيـه المراهقين إلى المعلومات والقواعد الصحية اللازمة لسـلامتهم الجسمية.
- مراعاة الفروق الفردية بين المراهقين في هذه المرحلة.

ب ـ دور الأسـرة :

- الاهتمام بجوانب الوقاية من الحوادث المرورية.
- الاهتمام بالتغذية التي تساعد على النمو الجسمي.

خصائص النمو الفسيولوجي :

مظاهره :

يتم التوصل إلى التوازن الغددي ويكتمل نضج الخصائص الجنسية ويتم التكامل بين الوظائف الفسيولوجية والنفسية.

التطبيقات التربوية :

أ ـ دور المدرسة :

ـ تفعيل دور الإرشاد الوقائي في المدرسة.

ـ توجيه المراهقين إلى الابتعاد عن السهر وتجنب ممارسة عادة التدخين.

ـ الاستفادة من عيادات مكافحة التدخين ما أمكن.

ب ـ دور الأسرة :

ـ الاستفادة من طاقات المراهقين وحيويتهم.

ـ تزويد المراهقين بالمعلومات الصحيحة عن التغيرات الفسيولوجية باعتبارها مظاهر طبيعية للنمو لا توجب القلق أو الحرج.

خصائص النمو الحركي :

مظاهره :

يقرب النشـاط الحركي إلى الاسـتقرار والرزانة وتزداد المهارات الحسية الحركية.

التطبيقات التربوية :

أ ـ دور المدرسة :

- ـ توجيه المراهقين إلى الاهتمام بالنشاط الرياضي.
- ـ العمل على صقل وتنمية قدرات المراهق من خلال الأنشطة الرياضية.
- ـ مراعاة الفروق الفردية بين المراهقين في النمو الحركي.
- ـ الاهتمام بالمراهقين ذوي الإعاقات وذوي البنية الضعيفة وتوجيههم إلى النشاطات التي تتناسب مع قدراتهم.

ب ـ دور الأسرة :

- ـ الاهتمام بعادات الحركة الصحية الصحيحة.
- ـ الاستفادة من الأندية الرياضية.
- ـ توفير وسائل الترفيه المناسبة التي تساعد على النمو الحركي.

خصائص النمو العقلي :

مظاهره :

يصل الذكاء إلى القمة في النضج ويتضح إكساب المهارات العقلية وتزداد القدرة على التحصيل واتخاذ القرارات والاتصال العقلي وتتطور الميول والمطامح.

التطبيقات التربوية :

أ ـ دور المدرسة :

- مساعدة المراهقين على التعرف على إمكاناتهم وقدراتهم العقلية وميولهم وذلك من خلال الأنشطة المختلفة بالمدرسة.
- مساعدة المراهقين على معرفة الفرص التعليمية المتاحة ومتطلباتها من خلال دليل الطالب التعليمي والمهني وكافة الوسائل المتاحة.
- رعاية المتفوقين عقلياً وتنمية قدراتهم وتشجيعهم.
- استثمار طاقات الشباب وإتاحة فرص الابتكار لهم وإعدادهم لمسايرة النمو التكنولوجي .
- رعاية المتأخرين دراسياً ودراسة أسباب التأخر وتقديم الخدمات الإرشادية المناسبة.

ب ـ دور الأسرة :

ـ تنمية الدافعية نحو التعليم في الأبناء.

ـ تنميـة القدرة عند المراهقين على أن يفكروا في اتخاذ القرارات المناسـبة لأنفسهم.

ـ تنمية مشاعر الثقة في النفس لدى المراهقين.

خصائص النمو الانفعالي :

مظاهره :

يتجه المراهق بسرعة نحو الثبات الانفعالي وتكون لديه نزعة نحو المثالية وقـدرة على الأخذ والعطاء وزيادة الواقعية في فهم الآخرين والميل إلى الرأفة ويتم الوصول في نهاية هذه المرحلة إلى النضج الانفعالي.

التطبيقات التربوية :

أ ـ دور المدرسة :

ـ معاملة المراهق في هذه المرحلة معاملة الكبار الناضجين.

ـ مسـاعدة المراهق في التغلب على العوامـل المعوقة للنمو الانفعالي مثل الانطـواء ، والقلق ، والخجل ، وتقديم الخدمات الإرشـادية المناسـبة لذلك.

ـ الابتعاد قدر الإمكان عن توجيه النقد الغاضب للمراهق.

ب ـ دور الأسرة :

ـ العمل على إشباع حاجات المراهق النفسية مثل حاجته إلى تأكيد ذاته وشعوره بالأمن النفسي وحاجته إلى الاستقلال النفسي وذلك من خلال تقبله والاهتمام به واحترام رأيه وتمكينه من المشاركة في اتخاذ القرارات الخاصة به.

ـ تشجيع المراهقين على التعبير عن متاعبهم وانفعالاتهم بصورة متزنة.

ـ تحقيق التوافق الانفعالي السوي للمراهق.

خصائص النمو الاجتماعي :

مظاهره :

ينمو الذكاء الاجتماعي لدى المراهق وتتضح الرغبة في توجيه الذات، ويسعى إلى تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي ، ويتجه إلى الاستقلال عن الأسرة والاهتمام بالعمل أو المهنة ويلاحظ الاعتزاز بالشخصية واكتساب مفاهيم واتجاهات وقيم مرغوبة وينمو الميل إلى القيادة ويشارك في الواجبات الوطنية.

العوامل المؤثرة فيه :

الأسرة ـ المؤسسة التعليمية ـ وسائل الإعلام ـ الثقافة المادية والمعنوية.

التطبيقات التربوية :

أ ـ دور المدرسة :

ـ مساعدة المراهق في فهم نفسه.

ـ تنمية الذكاء الاجتماعي من خلال الأنشطة المختلفة.

ـ رعاية النمو والتوافق الاجتماعي للمراهق.

ـ العمل على زيادة تبصير المراهق بقضايا المجتمع والاستفادة من منهج التربية الوطنية الذي يعمل على تنمية النمو الاجتماعي بأبعاده المختلفة.

ـ تشجيع المراهق على بناء فلسفة له في الحياة تعينه وترشده وتكون هادياً له في التعامل والتصرف إزاء الأشياء والأشخاص.

ب ـ دور الأسرة :

ـ إتاحة الفرص للمراهق لتحقيق الاستقلال عن الأسرة وذلك باعتماد الوالدين عليه في قضاء بعض الأمور وزيادة مسؤوليته الاجتماعية وتدريبه على ذلك وتوجيهه عند الحاجة.

ـ استخدام أساليب الإقناع الهادئ والمناقشة الهادئة والابتعاد عن أساليب العناد والتهديد.

ـ تربية المراهق على السمات السلوكية المرغوبة مثل تحمل المسؤولية واحترام الآخرين والشجاعة ..إلخ.

خصائص النمو الجنسي :

مظاهره :

القدرة على التناسل والاتجاه نحو الزواج والاستقرار العاطفي.

التطبيقات التربوية :

أ ـ دور المدرسة :

ـ الاستفادة من مناهج التربية الإسلامية وتطبيقاتها السلوكية.

ـ تبصير المراهقين بالأمراض الجنسية وبيان أضرارها.

ب ـ دور الأسرة :

ـ توجيه المراهق إلى تجنب المواقف التي تؤدي إلى الاستثارة الجنسية.

ـ تنشئة المراهق دينياً وخلقياً وتنمية المسؤولية الاجتماعية لديه.

ـ استثمار أوقات الفراغ لدى المراهقين في القراءة والأنشطة المفيدة وتنظيم الأوقات لديهم.

خصائص النمو الديني :

مظاهره :

يشاهد الحماس الديني والاتجاه إلى الله واليقظة الدينية العامة.

التطبيقات التربوية :

أ ـ دور المدرسة :

ـ الاستفادة من مناهج التربية الإسلامية في تنمية الجانب الديني لدى المراهق.

ـ تنظيم الندوات والمحاضرات في المدرسة والعمل على نشر الثقافة الدينية بين الطلاب.

ـ تنمية وتدعيم العقيدة الإسلامية لدى الطلاب.

ـ تكوين حلقة لتلاوة القرآن الكريم وتجويده بالمدرسة ولحفظ الأحاديث النبوية الشريفة وتنظيم المسابقات الدينية المتنوعة بين الطلاب.

ب ـ دور الأسرة :

ـ توجيه الأبناء إلى حلقات تحفيظ القرآن الكريم في مسجد الحي.

ـ الاهتمام بتعليم الأبناء منذ الطفولة تعاليم الدين الإسلامي الحنيف.

ـ العمل على نمو شخصية المراهق التي تتسم بالإيمان بالله وملائكته وكتبه ورسله والإيمان بالقدر واليوم الآخر.

ـ توفير الكتب والقصص الإسلامية واستعراض سير الأنبياء والصحابة والتابعين والصالحين والاستفادة منها .

خصائص النمو الأخلاقي :

مظاهره :

تتسع دائرة التفاعل الاجتماعي ويزداد التسامح والتساهل بالنسبة لبعض محددات السلوك الأخلاقي ويكاد في نهاية المرحلة أن يصل إلى النضج الأخلاقي .

التطبيقات التربوية :

أ ـ دور المدرسة :

- العمل على مقاومة أنماط السلوك غير الأخلاقي التي يمارسها الشباب وذلك بالتركيز على التمسك بالتعاليم الإسلامية والمعايير الاجتماعية والقيم الأخلاقية المتعلقة بهذا السلوك.
- تفعيل دور لجنة رعاية السلوك بالمدرسة والاستفادة من الخدمات الإرشادية المقدمة .
- غرس الأخلاق الإسلامية المستمدة من القرآن الكريم والسنة النبوية المطهرة في نفوس الأبناء منذ الصغر.

ب ـ دور الأسرة :

- التنشئة الاجتماعية السليمة للأبناء.
- العمل على نمو السلوك الأخلاقي لدى المراهق.

٥ . ٣ برنامج الإرشاد الجمعي العقلاني الانفعالي السلوكي لتخفيض سلوك الاستقواء عند طلبة المرحلة الأساسية العليا

من أجل بناء وإعداد البرنامج الحالي قام المؤلفان بالاطلاع على الأبحاث والدراسات المتاحة والتي اهتمت بإعداد برامج إرشادية وعلاجية لعلاج ظاهرة الاستقواء في الغرب ومنها أوليز (Olewus, 1991)، بين و(Beane, 1999) ولورا ولوزانو وريفيرا(Bauer, lozano & Rivara ,2007)،وبرنارد و(Bernard, 2004)، وبلدري و(Baldry, 2003) وستيفن واوتس وبورديدهيج (Bourdeadhuij Oots & Stevens 2002) وغيرها .

وفي ضوء ما سبق تم إعداد وبناء برنامج إرشاد جمعي عقلاني انفعالي سلوكي. يهدف البرنامج إلى تخفيض سلوك الاستقواء لدى المسترشدين المستقوين أثناء تواصلهم وتفاعلهم مع زملائهم في المدرسة، وتحسين علاقاتهم الاجتماعية مع زملائهم .أما الأهداف الخاصة للبرنامج فتتمثل في توفير فرصة للمشاركة والتفاعل في مجموعة تمارس عدداً من الأنشطة، والتمارين التي تكسب المسترشدين فرصة لإعادة البناء المعرفي للمشتركين في المجموعة، ومساعدتهم في التعرف على أفكارهم وقناعتهم الخاطئة التي تؤثر على سلوكهم وتدفعهم للاستقواء، ومساعدة المسترشدين على اكتساب سلوك جديد وايجابي ومهارات تسهل تعاملهم مع الآخرين، وتوعية المسترشدين بمخاطر الاستقواء وأثره على الأطراف المشاركة فيه جميعاً الضحايا والمتفرجين والمسترشدين المستقوين وقد وضعت الأهداف بحيث تعمل على تحسين وعي المسترشدين، وتخفيض السلوك الاستقوائي الذي يمارسونه على زملائهم.

وكانت الجلسة الأولى افتتاحية لبناء الثقة وترسيخ علاقة إرشادية فيها التقدير والاحترام والتعاطف والرغبة في المساعدة ووضع قواعد وحدود العمل ضمن المجموعة ،وتحديد واجبات كل من المرشد والمسترشدين وأخلاقيات للعمل ضمن المجموعة الارشادية. أما الجلسات الباقية فتركز على فنيات الإرشاد المعرفي والسلوكي، وتمارين وأنشطة والتعرف على أفكار المسترشدين الخاطئة، واستبدالها بأفكار عقلانية، وكذلك العمل على تغيير حديث الذات السلبي واستبداله بحديث ذات إيجابي، وتعليم مهارات الثقة بالنفس وضبط الذات، وإدارة الغضب ولعب الأدوار وغيرها من الأساليب التي ثبت نجاحها في دراسات أخرى في تخفيض الاستقواء، وكانت الجلسة الأخيرة في البرنامج هي للتقييم وتطبيق القياس البعدي .

تكون البرنامج في صورته الأولية من ١٢ جلسة، وتم عرضه على ١٠ محكمين من حملة درجة الدكتوراه في الإرشاد النفسي والتربوي من أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الأردنية الحكومية. ووفق آراء المحكمين تم إجراء بعض التعديلات، ثم وضع البرنامج في صورته النهائية، حيث تكون من ١٤ جلسة إرشاد جمعي عقلاني انفعالي سلوكي، زمن الجلسة الواحدة ٩٠ دقيقة وبمعدل جلستين أسبوعياً، وتتضمن كل جلسة مجموعة من الأهداف والتمارين والواجبات المنزلية.

٥ . ٣ . ١ محتوى البرنامج

تكون البرنامج من ١٤ جلسة إرشاد جمعي، حيث تضمنت كل جلسة مجموعة من الأهداف والتمارين والواجبات المنزلية، وقد وضعت الأهداف بحيث تعمل على توعية المسترشدين بمخاطرسلوك الاستقواء، ونتائجه على

الأطراف المشاركين فيه جميعاً (مستقوين ،وضحايا، ومتفرجين) . وقد وضع لكل جلسة أهداف وأساليب لتحقيق هذه الأهداف، وواجب منزلي لكي يمارس المشارك التمرين لوحده. وقد جُعلت الجلسة الأولى للبرنامج بنائية هدفت إلى بناء علاقة إرشادية جيدة بين المرشد النفسي والمجموعة الإرشادية، في حين ركزت الجلسات الاثنتي عشرة الأخرى على التدريب على مهارات عقلية وانفعالية وسلوكية للتخلص من سلوك الاستقواء مثل التعرف على الأفكار غيرالعقلانية (الخاطئة) وحديث الذات الذي يدفع المسترشدين للاستقواء على الضعفاء من زملائهم، والوعي والاستبصار بمخاطر هذا السلوك وأثره على كل الأطراف المشاركة في الموقف الاستقوائي،ومهارات الاسترخاء. أما الجلسة الأخيرة(الرابعة عشرة) فقد كانت جلسة ختامية للبرنامج هدفت لمراجعة سريعة لما تم في الجلسات السابقة والتعرف على مدى مناسبة البرنامج لهم، وتم تقييم المشاركين في البرنامج .

الجلسة الأولى

التعارف بين المرشد والأعضاء والتعارف بين الأعضاء أنفسهم،والتعرف على الإرشاد الجمعي، وأهدافه وبناء علاقات ايجابية،وقواعد للعمل الجماعي.

الجلسة الثانية

الترحيب بالمسترشدين، والتعرف إلى توقعاتهم من البرنامج، وإثارة وعيهم للسلوك الاستقوائي الذي يقومون به، وأسباب الاستقواء لديهم ، ومشاعرهم بعد ممارسته .

الجلسة الثالثة

التعرف إلى بعض الأفكار الخاطئة لدى المسترشدين والتي تدفعهم للاستقواء، ومناقشة أثر هذه الأفكار والمعتقدات على سلوك المسترشدين، وضرورة إحلال أفكار إيجابية مكانها .وأن يتعرف المسترشدون إلى بعض من حديثهم الذاتي، وأن يربطوا بين حديثهم الذاتي وسلوك الاستقواء لديهم.

الجلسة الرابعة

أن يتعرف المسترشدون إلى العلاقة مابين D,E,F,A,B,C وأن الأحداث لا تصنع السلوك ولكنها المعتقدات والأفكار، وأن يفكروا في تغيير هذا الحديث الذاتي، والأفكار التي تدفع للاستقواء،وان يحاولوا إيقافها، وان يستنتجوا أن الاستقواء ناتج عن هذا الحديث الذاتي وتلك الأفكار السلبية الخاطئة.

الجلسة الخامسة

وفيها يتم مساعدة المسترشدين على مراقبة سلوكهم بأنفسهم، وأن يبحثوا عن سلوك ايجابي وتنمية هواياتهم بطريقة ايجابية، وأن يتعلموا بعض المهارات اللازمة.

الجلسة السادسة

مناقشة المسترشدين بعض الأفكار والاقتراحات لوقف الاستقواء، والتعرف إلى أسبابه، والموازنة بين الحقوق والمسؤوليات .

الجلسة السابعة

مساعدة المسترشدين على إدارة الغضب، وامتلاك مهارة الاسترخاء والتدريب على ذلك في الجلسة أو البيت كواجب منزلي .

الجلسة الثامنة

مناقشة أثر الاتصال في الاستقواء والتعرف على مهاراته، وفهم سلوك الآخر فهماً صحيحاً،والبعد عن التفسير الخاطئ له، وأن يتعلم كيف يصبح مصغياً جيداً

الجلسة التاسعة

مناقشة بعض الأفكار الخاطئة، التي تدفع إلى الاستقواء،وأن يتعرف المسترشدون على مهارة حل المشكلات وأن يتم التدريب عليها .

الجلسة العاشرة

مناقشة عدد من الحالات والمواقف التي حصل فيها استقواء ٣ حالات، وقراءة كل حالة، ومناقشة دور الضحية والمستقوي فيها، ومناقشة كيف يمكن بناء موقف ايجابي ضدّ الاستقواء .

الجلسة الحادية عشرة

مساعدة المسترشدين على تمثيل موقف لمحكمة تقوم بمحاكمة الطالب المستقوي، فيها قاضٍ، ومحامي دفاع،ومشتكٍ وشهود .

الجلسة الثانية عشرة

تذكير المسترشدين ثانيةً بأهمية الاسترخاء وضرورة ممارسة هذه المهارة، واللجوء للوضع الاسترخائي في حال وجود أفكار تدفع الطالب للاستقواء.

الجلسة الثالثة عشرة

مناقشة مهارة التوسط وأثرها في التخفيف من سلوك الاستقواء، وكذلك مساعدة المستقوين على مهارة امتلاك الأصدقاء.

الجلسة الرابعة عشرة

وهي الجلسة الختامية وفيها مناقشة المشاركين ورأيهم في البرنامج، وتطبيق الاستبانة البعدية ملحق رقم (١)، والاحتفال بنجاح البرنامج

٥ . ٣ . ٢ أهداف البرنامج

الهدف العام: تخفيض السلوك الاستقوائي لدى الطلبة عينة البحث

الأهداف الخاصة:

١ ـ توعية الطلبة بخصائص السلوك الاستقوائي.

٢ ـ إكساب المشاركين مهارات الكشف عن الأفكار (الخاطئة) عن الذات والآخرين في سلوكهم.

٣ ـ إكساب المشاركين القدرة على تحدي الأفكار(الخاطئة) المتعلقة بسلوك الاستقواء على الآخرين.

٤ ـ مساعدة المشاركين على التفكير بنتائج الاستقواء على الطلبة المشاركين في الاستقواء جميعاً.

٥ ـ إكساب المشاركين مهارات التواصل مع الآخرين.

٦ ـ إكساب المشاركين مهارات إدارة الغضب.

٧ ـ تعزيز القيم الإنسانية والاجتماعية للمشاركين أثناء تواصلهم مع الآخرين.

٨ ـ إكساب المشاركين مهارات الاسترخاء.

٩ ـ إكساب المشاركين مهارات حل المشكلة.

١٠ ـ إكساب المشاركين مهارات التعاطف مع الآخرين.

١١ ـ اكساب المشاركين وعياً دينياً لتخفيض الاستقواء .

مدة البرنامج: سبعة أسابيع بمعدل جلستين كل أسبوع مدة الجلسة ٩٠ دقيقة.

الافتراضات حول البرنامج والجلسات :

ـ يفترض الباحث السرية التامة لكل مايدور في الجلسات.

ـ يفترض الباحث أن المشاركة في البرنامج اختيارية للمجموعة الضابطة والتجريبية.

ـ يفترض الباحث أن أفراد المجموعة التجريبية سوف يواظبون على حضور الجلسات في مكانها وموعدها المتفق عليهما.

حقوق وواجبات المشاركين في البرنامج :

ـ يسـمح لأعضاء المجموعة الإرشـادية بتبادل المقاعد، والجلوس في أي مقعد أثناء الجلسات.

ـ يسمح بتناول الشاي أثناء الجلسات أو غيرها من المشروبات المقدمة في المدرسةأو العصير.

ـ يسمح بترك المجموعة، والجلسات بعد الجلسة الأولى فقط، وإذا تجاوز البرنامج الجلسة الأولى لا يسمح بترك المجموعة.

ـ للبرنامج مكان محدد في غرفة الإرشاد التربوي.

ـ للبرنامج زمان محدد متفق عليه عند الجميع.

ـ المرشد النفسي في المدرسة يشترك في البرنامج.

ـ يلتـزم أعضـاء المجموعـة باحترام بعضهـم بعضاً، وعدم السـخرية أو الاستهزاء من زملائهم، أو المقاطعة أثناء الحديث.

ـ السـرية التامة لكل مايقال أثناء الجلسات.

ـ يتبادل الطلبة خبراتهم، وتجاربهم مع الآخرين بأسلوب صريح وصادق أثناء الجلسات دون ذكر أسماء ضحاياهم.

ـ يتناقش الجميع في هذه الحقوق والواجبات قبل البدء في البرنامج

ـ يمكن أن يطرح أي مشارك أي قضية بشكل فردي، ولكن يبقى عضواً في المجموعة.

ـ يتعلـم المشـاركون الكثير من المهـارات والتمارين، لكي تسـاعدهم في تخفيض الاستقواء الذي يمارسونه.

- لايسمح بالحديث، أو التعقيب إلا من خلال قائد المجموعة / المرشد الباحث.
- كل مشارك هدفه التخلص من السلوك الاستقوائي، وهو المسؤول الأول عن ذلك.
- يمكن استخدام بعض القصص أو الكتب التي تتحدث عن الاستقواء، ويلتزم الجميع بهذا الاتفاق ويوقعون عليه.

٥ . ٣ . ٣ جلسات برنامج الإرشاد الجمعي

يتكون البرنامج من (١٤) جلسة إرشاد جمعي، وكل جلسة لمدة ٩٠ دقيقة بمعدل جلستين في الأسبوع، ولكل جلسة مجموعة من الأهداف التي يسعى المشاركون إلى تحقيقها، واستخدام أساليب وإجراءات مساعدة على تحقيق هذه الأهداف، وفيما يلي وصف مفصل لهذه الجلسات.

الجلسة الأولى

تعد الجلسة الاولى جلسة بنائية تعمل على بناء علاقات جيدة، وإيجاد نوع من الألفة بين المشاركين جميعاً، المرشد والطلبة، وتأتي هذه الجلسة بعد التطبيق الاولي للمقياس.

وسيقوم الباحث بعرض المشاركة في البرنامج على الطلبة، وبيان الفائدة المتوقعة منه للطلبة، والمدرسة، ولأهدافهم في الحياة، وأن البرنامج سيكون فرصة لكي يعرف كل من الأعضاء قدرته على ضبط نفسه، واكتساب سلوك مناسب، والتخلص من السلوك غير المناسب/ الاستقواء.

الأهداف:

١ ـ التعارف بين المرشد (الباحث) والطلبة.

٢ ـ بناء علاقة إيجابية يسودها التقدير والاحترام والألفة والمحبة بين المرشد والطلبة.

٣ ـ أن يقوم المرشد بتعريف الطلبة على الإرشاد الجمعي، وأهدافه، وأدوار كل من المرشد والمسترشدين.

٤ ـ أن يلتزم الأعضاء بأخلاقيات المجموعة الإرشادية، والإرشاد الجمعي من حيث احترام الآخرين، وخبراتهم، وآرائهم.

٥ ـ أن يقوم الأعضاء بالتعرف إلى توقعاتهم من البرنامج، والعمل على تصحيح التوقعات الخاطئة.

الإجراءات

يرحب المرشد بالمسترشدين، ويعرفهم بطبيعة عمله، وأهدافه من البرنامج،وكذلك يعرفهم بالإرشاد التربوي كما يسمى في وزارة التربية والتعليم فهوعملية لمساعدة الطلبة في الجوانب المختلفة التي يمرون فيها ومساعدتهم على فهم أنفسهم، وذواتهم، وفهم شخصياتهم في المجالات الجسمية، والعقلية، والاجتماعية، والانفعالية وفهم خبراتهم، وتحديد مشكلاتهم، وحاجاتهم، وكذلك تنمية إمكاناتهم وقدراتهم في المجالات المختلفة.

كما يعرف بمسؤوليات المسترشدين، وأخلاقيات المجموعة الإرشادية، وكذلك يتطلب من الطلبة أن يعرف كل بنفسه وصفه، بحيث يسود هذا

الجو الاحترام، والتقدير، والتقبل من جانب المرشد والطلبة. ويعطي المرشد معلومات عن الإرشاد الجمعي: فهو لقاء بين المرشد، ومجموعة من الطلبة الذين يتشابهون في مشكلة ما يعانون منها، أو صعوبة معينة، ويرغبون في إيجاد حل لها، وأن التقدم والتحسن يعتمد على الرغبة الأكيدة لدى كل عضو من الأعضاء في التغيير، والتقدم نحو الأفضل.

ويعرف المرشد بالبرنامج، وكيفية مسار الجلسات الإرشادية، من حيث المحافظة على سرية الجلسات الإرشادية، وعدم إفشاء ما يدور فيها، والتأكيد على الالتزام بالمواعيد، وضرورة تنفيذ ما يطلب إليهم من أعمال وواجبات منزلية من قبل المرشد النفسي.

والتأكيد على المجموعة أن الإرشاد الجمعي هو لقاء بين المرشد ومجموعة من الطلبة مع بعضهم البعض، تجمعهم هموم وصعوبات مشتركة،يتحدثون عنها في جو آمن، ويتعلمون مهارات جديدة في التعامل، وكذلك طريقة في التفكير.

ويوضح المرشد أن هدف البرنامج الحالي هو الوعي بأثر الأفكار الخاطئة التي ينظرون بها إلى زملائهم الأصغر سناً، أو الأضعف منهم، وتعليمهم مهارات الاسترخاء،والتواصل السليم مع الآخرين، ومهارات حل المشكلات، ومساعدتهم على إعادة النظر في الاستقواء أو اللجوء اليه باعتباره اسلوباً وطريقةً في الحياة المدرسية، وكذلك التعاطف مع الأطفال المستقوى عليهم.

يسأل المرشد النفسي عن رأي الطلبة في البرنامج، أو أي استفسارات، أو أسئلة حول البرنامج، ويتم التأكيد على أخلاقيات المجموعة الإرشادية.

وهنا تتم الألفة، ويتحقق الهدف المشترك ويبدأون بمناداة بعضهم بأسمائهم، وتتم مناقشة أسئلتهم، وأفكارهم حول البرنامج، وما يمكن أن يحققه لهم من فوائد.

الواجب البيتي: يطلب من المسترشدين تحديد أهدافهم وتوقعاتهم من البرنامج، وما يمكن أن يتحقق بعد انتهاء البرنامج.

النتائج المتوقعة

١ ـ علاقات إيجابية بين المرشد من جهة والطلبة من جهة أخرى وكذلك علاقات إيجابية بين الطلبة أنفسهم.

٢ ـ فهم أسلوب الإرشاد الجمعي وأخلاقياته. (Corey, 1996)

الجلسة الثانية

الأهداف:

١ ـ إعادة التعارف بين المشاركين.

٢ ـ التعرف إلى توقعات المسترشدين من البرنامج الإرشادي ودورهم فيه.

٣ ـ إثارة وعي الطلبة إلى سلوكهم الاستقوائي ونتائجه الخطيرة على الطلبة أنفسهم والآخرين.

٤ ـ التعرف إلى أسباب الطلبة في الاستقواء على الآخرين.

٥ ـ التعرف إلى مشاعر الطلبة بعد ممارسة الاستقواء على الآخرين.

الإجراءات:

١ ـ ترحيب بالطلبة، والتأكيد ثانية على أخلاقيات العمل الإرشادي، ودور كل من المرشد والمسترشد، والتأكد من معرفة أسماء بعضهم بعضاً،ودورهم في البرنامج.

٢ ـ مناقشة الطلبة في سلوكاتهم الاستقوائية وتكرار حصولها وكذلك نتائجها من وجهة نظرهم على الطلبة الآخرين.مثل كم مرة يقوم الطالب بالاستقواء؟ وما نوع الاستقواء الذي يقوم به؟ لفظي، جسمي، عاطفي وانفعالي، جنسي أو استقواء على الممتلكات.

٣ ـ مناقشة طرقهم وأساليبهم في الاستقواء، نوع ضحاياهم الذين يختارونهم، وتفاعلاتهم مع الآخرين.

٤ ـ ومناقشة أثر الاستقواء على الطلبة ووصف كل منهم ماحصل مع ضحاياه من ألم، وتعرض للمضايقة، أو الاعتداء الجسمي والنفسي.

٥ ـ مناقشة ورقة معدة حول الأثر الخطير لسلوك الاستقواء على الآخرين والطالب المستقوي وزملائه المستقوى عليهم (ملحق رقم ٣) نتائج الاستقواء.

٦ ـ مناقشة أسباب قيام الطلبة بالاستقواء على الآخرين؟ لماذا يقوم الطلبة بذلك؟ ومناقشة مع كل واحد منهم عن طريقته في الاستقواء، وما هي خصائص الطلبة الضحايا التي تجعلهم يستقوون عليهم. ثم يقوم المرشد بتلخيص الأسباب ومناقشة الطلبة بها، وبيان أنها لاينبغي أن تقود الى الاستقواء مثلاً:أنا استقوي لكي أظهر أمام الآخرين أنني قوي، أو مسيطر، أوالغيرة أوحب الفوز دائماً، أو

الاستثارة وعدم تحمل ذلك، أو أثناء الشعور بالتعاسة، أوالحزن، أو صعوبات مدرسية، أو عائلية.

هل هذه الأسباب تدفع للاستقواء ؟حسناً مناقشتنا للأسباب ومعرفتنا بها تدفعنا بقوة الى تغيير تلك السلوكات، والتوصل إلى أسباب عامة يراها الطلبة في الاستقواء على الآخرين.وحث الطلبة على التفكير فيها، والعمل على إعادة النظر في تأثيرها عليهم.

هناك من يستقوي على الصغير في السن، أو الغريب، أو المرضى،أو الأطفال الذين يعانون من وزن زائد،أوقصار القامة،أو ذوي الصعوبات التعليميةأو الخائفين.فهل هؤلاء بحاجة الى الدعم أم الإساءة؟الرحمة أم العنف ؟هل تحب أن يستقوي عليك أحد ؟

ومناقشة السلوكات الايجابية البديلة لسلوك الاستقواء؟هل الاستقواء هو السلوك الوحيد الذي يجعلك قوياً ؟ألا يمكن أن يكون ضبط الغضب قوة؟ قالﷺ (ليس الشديد بالقوة إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب)؟ إذن فضبط الغضب قوة.واحترام الآخرين والضعفاء قوة كذلك؟ كيف يكون الطالب قائداً لمجموعة أليس ذلك دليلاً على القوة ؟إنها مزايا وصفات قوة ومقبولة اجتماعياً؟ (Jaana , 2005) .

قيام الطلبة بتمثيل أدوار (Role Playing) الضحية تارةً، والمستقوي تارةً أخرى، ومناقشة حالة الطالب النفسية أثناء قيامه بالدورين والاستماع الى آراء الطلبة حول ذلك، وإجراء المناقشات والوصول إلى استخلاصات. (سوليفان وكلاري وسوليفان، ٢٠٠٧).

قيام الطلبة بالإجابة عن استبانة هل أنت مستقو والمؤلفة من اثني عشر سؤالاً توزع على الطلبة، ومن ثم مناقشة الاستبانة.ملحق رقم (٤) هل

أنت مستقو؟والوصو ل إلى نتيجة أن بعض الطلبة لا يفسر بعض السلوكات على أنها اسـتقواء، ولكن مناقشـة المجموعة أن الاستقواء هو في عين الطرف الآخر (الضحية).

النتائج المتوقعة

١ ـ أن يكون الطلبة أكثر وعياً وفهماً لسلوك الاستقواء.

٢ ـ بناء أسس الثقة في المجموعة.

٣ ـ أن يحسّ الطلبة بالفرق بين دور الضحية ودور المستقوي.

الواجب البيتي: تخيل نفسك طفلاً مستقوىً عليك في الصف وتتعرض لشـتى أشكال الاستقواء اللفظية، والجسدية، وغيرها من طفل آخر أكبر سناً منك؟ كيف سـتكون حياتك ودراسـتك؟ وبماذا تفكر ؟ وما هو شعورك في هـذه الحالـة؟ (Aluedse 2006; Sarzen, 2002; Stewin and Mah, 2001) (بين، ٢٠٠٥).

الجلسة الثالثة

الأهداف:

١ ـ مناقشة الطلبة للواجب البيتي.

٢ ـ التعرف إلى بعض الأفكار الخاطئة التي يؤمن بها الطلبة المستقوون.

٣ ـ مناقشة أثر هذه الأفكار، والمعتقدات على سلوك الطلبة المستقوين.

٤ ـ مناقشة إحلال أفكار إيجابية سليمة بناءة مكان تلك الأفكار الخاطئة.

الإجراءات

ترحيب بالطلبة، شكرهم على حضورهم في الزمان والمكان المحددين، مناقشة الواجب البيتي الذي كلف به الطلبة، ويسمع لخيال الطلبة عندما يتحدثون عن كونهم ضحايا لمستقوين، وما هو شعورهم؟ وماذا سيكون أثر ذلك على حياة الإنسان (الضحية)؟ حيث يسمع لشعور كل منهم ،وبيان أثر تصرفاتهم على الآخرين وكيف يسببون لهم الألم والمضايقة.

مناقشة الأفكار الخاطئة التي يؤمن بها الطلبة ومعتقداتهم وقناعاتهم التي تدفعهم للاستقواء، وكتابة هذه الأفكار على السبورة ومناقشتهم بها، وبيان بطلانها وتحديها، وأنه يمكن أن تكون هناك أفكار منطقية مكانها، ويوضح المرشد للطلبة أن سلوك الاستقواء عندهم، وإيذاء الآخرين ناتج عن أفكارهم الخاطئة التي يؤمنون بها، ومساعدتهم على أن يغيروا هذه الأفكار، وتعليمهم أن القوة والسيطرة على الآخرين لا تجعل الفرد قوياً، ولكنها تجعله مكروهاً من قبل زملائه ومبغوضاً من قبل الناس.حيث يقوم كل عضو من أعضاء الجماعة بعرض أفكاره، والطلب من المجموعة مناقشتها وبيان كونها غير منطقية وخاطئة.

ثم يجعل المرشد كل مسترشد يعطي رأيه بأفكار زميله، وماذا يقترح عليه لكي يعدل هذه الأفكار.

مناقشة تغيير حديث الذات السلبي (وهي أفكار الفرد وآراؤه التي يحدث بها نفسه ويرددها لوحده حول الاستقواء) مثل:يجب أن أكون الأقوى والمسيطر على الآخرين، إن لم تضرب الآخرين ضربوك، اضرب الضعيف كي يخاف القوي، واستبدال ذلك بحديث إيجابي: مثلاً بأنه سوف يكون

مهـماً، ويحترمه النـاس لعدم تعرضـه لإيـذاء الآخرين، وقيامه بمسـاعدتهم وسـيكون موضع التقديـر والاحترام، كما يمكـن أن يـمارس الطلبة التفكير بصـوت عـالٍ بجملة من الأفـكار التي تـرد إلى ذهنه في حالـة وجود ضحية ورغبة في الاسـتقواء عليه. ويمكن الطلب مـن الأعضاء البوح بهذا الحديث والانتبـاه له أكثر لكي يكون أكثر وعياً له حيث إنه المسـؤول عن الاسـتقواء وقد يوجه رسائل منه إليه أي من الطالب نفسه وبصوت عالٍ:

مثلاً هذا طالـب صغير الحجم، وأنني أقوى منه، وأن المنطق والعقل لا يعطـي فرصـة للطالب القوي لكي يسـيطر على الطالـب الأضعف أو الأقل قوة، لأن كلاً منا له قوة محدودة وأن هناك من هو أقوى منه، ولذا فإنها عملية غير منتهية (بين، ٢٠٠٥).

ويشرح المرشد مع الطلبة أن الأسباب العقلانية لهذه الأفكارهي:

١ ـ أن السـعادة هي اسـتجابة وشـعور نتيجة لما يفكر الشخص به، وما يقـوم به مـن تصرفات: معنـاه أن التفكير المنطقي الإيجـابي يدفع الى السـعادة والإحسـاس بالأمـن بعكس التفكـير غير المنطقـي الذي يؤدي الى الاضطراب، أو المرض.

١ ـ وأن الشـعور بالتعاسـة في الحياة ونبذ الآخرين إياه من جراء تفكيره السـلبي وحديـث الـذات لديه هـو الذي يـؤدي بـه إلى التصرفات السيئة مع الآخرين.

النتائج المتوقعة:

١ـ أن يتعرف الطلبة إلى بعض الأفكار الخاطئة لديهم.

٢ـ أن يتعرف الطلبة إلى بعض حديثهم الذاتي السلبي.

٣ ـ أن يربط الطلبة بين أفكارهم، وحديثهم الذاتي وسلوك الاستقواء على الآخرين.

الواجب البيتي: تخيل أشخاصاً لهم أفكار إيجابية أوأفكار سلبية وكذلك حديثهم الذاتي الإيجابي أوالسلبي في موقف رسوب الابن في امتحانات التوجيهي للفصل الأول وكيف أثر ذلك على تصرفاتهم؟ وهل يقود تغيير الأفكار إلى تغيير السلوك؟(Ellis, 1994;Stewin and Mah, 2001) (بين، ٢٠٠٥) .

الجلسة الرابعة

أهدافها:

١ ـ مساعدة الطلبة على فهم العلاقة بين A,B,C,D,E,F

٢ ـ مساعدة الطلبة على فهم كيف يتصرف شخصان مختلفان في التفكير.

٣ ـ مساعدة الطلبة في الانتباه لحديثهم الذاتي السلبي وضرورة تغييره.

٤ ـ مساعدة الطلبة على تغيير حديثهم الذاتي، وأفكارهم غير المنطقية وإحلال أفكار منطقية مكانها

٥ ـ مساعدة المسترشدين على وقف الأفكار غير المنطقية.

٦ ـ مساعدة الطلبة على التفكير أن السلوك هو المشكلة وليس الطالب نفسه كشخص.

الإجراءات:

- مناقشة الواجب المنزلي لدى الطلبه بحيث يعرض كل منهم الأفكار التي تخيلها وكيف قادت الى السلوك الاستقوائي لديه، ومناقشة جماعية لأفكار كل منهم وبيان الافكار الإيجابية والسلبية وكيف تؤثر على السلوك.«وأن تغيير الأفكار يقود إلى تغيير السلوك».
- مناقشة مع الطلبة فهم العلاقة بين A الأحداثAct، B المعتقدات والأفكارحول الاحداث Beliefs، والنتائج C، وتعني النتيجة الانفعالية للحدث Emotional Consequence. وأن الأحداث A لا تقود إلى النتائج C بل إن B المعتقدات والأفكار هي التي تقود إلى السلوك. فاذاحدث أن شعر الفرد بخبرة انفعالية معينة Cكالحزن أو الخوف أو القلق نتيجة لحادث ما A كالفشل في الدراسة فربما يظهر أن Aهي التي سببت C مع أنها ليست كذلك،فعلى الرغم من أن النتائج العاطفية أو الانفعالية (ردود فعل الاضطراب العاطفي وعدم السعادة) تبدو مرتبطة بالحادث A إلا أنها ليست نتيجة مباشرة له بل هي نتيجة مباشرة ل B أفكار ومعتقدات الفرد والألفاظ التي يستخدمها في وصف الحادث A وحديثه الذاتي. هل يفسر الفرد الأمر على أنه مصيبة أو مخيف أو مزعج أو محزن أو مؤلم أو إلى غير ذلك من الأفكار والمعتقدات السلبية التي يصف بها الحادث والتي تقوده الى النتيجة C الشعور بالخوف أوالحزن، وعند مناقشة أفكار ومعتقدات الفرد وتفنيدها (D Dispute) وتوضح العلاقة بين أفكاره ومعتقداته وسلوكه واضطرابه فإنه يمكن تعديل هذه الأفكاروالمعتقدات لضبط سلوكه نحو مايمر به من أحداث وحين يحصل مثل هذا التعديل والتغيير في أفكاره ومعتقداته والرموز اللفظية

التـي يسـتخدمها في وصفه للحوادث فـإن اضطراباتـه الانفعالية تختفي نتيجة هذا التفكير العقلاني،وهنا يكون المرشـد قد حقق الأثر الفلسـفي E Effect واكتسـب المسترشـد نظاماً معرفياً عقلانياً لتتغير انفعالاته تجاه الأحداث (Feeling) . (Ellis,1994) (الشناوي، ١٩٩٦) .

- مناقشـة أمثلـة على ذلـك لحالات مختلفة في التفكير الإيجابي والسـلبي لحالة طالب لم يقبل في وظيفة دعي إليها،فذو التفكير العقلاني سيقول إن هنـاك فرصة أخـرى وليس عدم القبـول نهاية الأمـر. بينما يرى ذو التفكـير غير العقـلاني أن الأمر مصيبة وأنها كارثـة، وهناك من تدخل لكي يؤثر عليه وأن هناك مؤامرة ضده وهكذا.
- مناقشـة الطلبـة في الانتباه لحديثهـم الذاتي السـلبي Negative Self - Statement حيـث عرفنـا أن حديث الذات السـلبي يمكن أن يكون مؤشراً على اضطراب التفكير لدى الفرد، وهو مايحدث به الفرد نفسه دون أن يسمعه أحد، وهنا يطلب المرشد أن يتحدث المسترشد بصوت عـالٍ ويـرى منطقيـة الأفكار التـي يتحدث بهـا من خـلال الاحتكام للمنطق والمجموعة الإرشـادية ويشـكك بها المرشـد ويعطي مبررات والطلـب مـن المسترشـدين تغييره بعـد أن يثبـت عدم جـدواه وعدم منطقيتـه، وكذلك يمكـن تحدي هذا الحديث وإثبـات بطلانه ويمكن أن يتحدث كل عضو مع نفسـه أكثر مـن مرة بالحديث المنطقي مثل ما الفائـدة من إزعاج الناس؟ هل أرغب بـأن يأخذ الآخرون عني فكرة سـيئة وهكذا.كمايمكن أن يوجه رسائل إلى نفسه«رسائل موجهة مني إلي»وفيهايقول: أنا شـخص جيد، كل إنسان يخطئ، أستطيع أن أنجح في دراستي، لاداعي لإيذاء الآخرين، وهكذا.

- وعن ماذا يدور هذا الحديث وما هي الأفكار التي يعرضها الطلبة وتسجيل هذه الأفكار ومناقشتها مع الطلبة، وبيان بطلانها وأنها أفكار غير عقلانية.
- مناقشة تلك الأفكار الخاطئة بعد توضيحها وكتابتها على السبورة وأثر هذه الأفكارعلى السلوك وكذلك العمل على تغيير هذه الأفكار لكي تكون مقبولة اجتماعياً وإنسانياً.
- مناقشة مع الطلبة أن المشكلة هي السلوك وليس الطالب فأنت كمرشد لا تحب هذا السلوك الاستقوائي، ولكنك تحب هذا الطالب، الإنسان له كرامة وحقوق واحترام، ولكن سلوكه السيئ يترك أثراً على الآخرين ويدفعهم لكي يكونوا ضحايا يعانون من أمراض نفسية وجسمية، وأن هذا السلوك يمكن تعديله والتخلص منه.
- وقد ينكر المستقوون أنهم عملوا أي شيء خطأ ويرفضون أن يتحملوا المسؤولية إزاء سلوكهم،فهم يعتقدون أن تصرفاتهم تأتي نتيجة«لخطأ شخص آخر».أو أنهم يعدون ذلك ليس شيئاً مهماً فهنا يتعين على المرشد أن يتحدى تفكيره دون أن يستخدم أسلوب الوعظ
- «اذا كنت تعتقد أنك لم تستقو على شخص آخر، لكن الآخر يعتقد انك تستقوي عليه،فمن يكون على صواب»؟ناقش أن الاستقواء هو في «عين المشاهد» بمعنى أن مشاعر الشخص الآخر هي حقيقية بالنسبة له.وهنا يشجع المرشد الطلبة في البحث عن أخطاء محتملة في فهمهم «ربما الآخرون فهموا شيئا لم تقصد به إزعاجهم».

مناقشة الملحق رقم (٥) الدين والاستقواء من حيث كونه سلوكاً لا يقره الدين بل ويحاربه.

الواجب البيتي: بعد الانصراف من المدرسة ولغاية الجلسة القادمة حاول أن تحدث نفسك بإيجابية عن الآخرين كلما جاءت فكرة تدفعك للاستقواء عليهم مع تكرار ذلك، وتذكر أنك لاتحب الاستقواء وأن :

١ ـ الاستقواء حرام.

٢ ـ الاستقواء يترك آثاراً خطيرة على الضحايا.

٣ ـ لا أريد أن استقوي على أحد لئلا يستقويّ عليّ آخرون.

٤ ـ الشيء الذي لا أريده لنفسي لا أمارسه على الآخرين.

٥ ـ الله عز وجل يحاسب الذي يمارس الاستقواء على الآخرين.

٦ ـ الإستقواء غير حضاري.

٧ ـ الناس لديهم حقوق متساوية.

٨ ـ ما في حد أحسن من حد.

٩ ـ لا أريد أن يكون أخي أو ابني في المستقبل مستقوى عليه.

مناقشة أسلوب وقف الأفكار مع المسترشدين: يتحدث المرشد أن هذا الأسلوب مفيد في مساعدة المسترشد على أن يعي أفكاره ويعمل على ضبطها من خلال حديثه عنها بصوت عالٍ، ثم يقوم المرشد بإصدار صوتٍ عالٍ، ويستجيب له الأعضاء ثم لاحقاً يقوم المسترشد نفسه بإعلاء صوته ووقف الأفكار، وتتم هذه المرحلة على خطوتين:

ـ استدعاء الأفكار والتخيلات إلى ذهنه.

ـ عندما يصبح واعياً لها يقول (قف) ويوقف التفكير بها، ويحول الفكرة غير العقلانية إلى فكرة عقلانية. مثال على ذلك أن الاستقواء «يجعلني

مسـيطراً عـلى الطلبة»،يحولهـا إلى فكـرة عقلانية:الاسـتقواء يجعلنـي مكروهـاً من قبل الطلبة،وأنـا لاأحب ذلك.ويتم ذلك التمرين في جوّ من الاسترخاء.

- يطلـب المرشـد من المسترشـدين أن يتركوا الحرية لخيالهـم في التفكير في جو من الاسـترخاء،ثم يخاطبهم وبصوت عالٍ ويقول توقف ،وتتم إعـادة التمرين أكثـر من مرة. ثـم يطلب من المسترشـدين أن يفكروا وبعـد ورود الأفكار الى أذهانهم يقول المسترشـد لنفسـه بصوت عالٍ توقف،وتتم إعادة التمرين أكثر من مرة. وقد يطلب المرشـد من اثنين مـن المسترشـدين ان يفكـر أحدهما ويقـول الآخر توقـف .كما يمكن ان يضع المسترشـد في جيبـه ورقة صغيرة مكتوب عليهـا قف / وفّكر يخرجها من جيبه في لحظة ورود أفكار تدفعة للاستقواء وهكذا .

النتائج المتوقعة:

١ ـ فهم العلاقة ما بين التفكير والسلوك الاستقوائي.

٢ ـ الوعي بحديث الذات وأثره على الاستقواء.

٣ ـ التفكير بتغيير السـلوك الاسـتقوائي. ،وتتم إعادة التمرين أكثر من مرة.

واجب منزلي :ابحث في المكتبة المدرسـية، أو المنزلية، أو استخدم شبكة الانترنـت لمعرفة الآيـات القرآنية والأحاديـث النبوية الشريفـة التي تحارب العدوان والظلم والإيذاء للآخرين . (Granvold, 1994) (بين، ٢٠٠٥).

الجلسة الخامسة

الأهداف:

١ ـ مساعدة الطلبة على مراقبة سلوكهم بأنفسهم.

٢ ـ مساعدة الطلبة على ممارسة سلوكات إيجابية.

٣ ـ مساعدة الطلبة في البحث عن ميولهم ورغباتهم وهواياتهم وتنميتها بطريقة إيجابية.

٤ ـ مساعدة الطلبة على تعلم مهارات القيادة.

الإجراءات:

ترحيب بالطلبة وكذلك مناقشة الواجب المنزلي وتوضيح للآيات الكريمة والأحاديث النبوية الشريفة التي تمنع الاستقواء والأفكار الاستقوائية التي ترد الى أذهان الطلبة، والخروج بخلاصة ان الاستقواء سلوك سيئ ،لانرضاه لنا أو لغيرنا . كما يطلب المرشد من المسترشدين أن يحدثوا أنفسهم بتلك الأفكارفي حال ورود أي فكرة أو نيّة للاستقواء والعمل على تغيير حديث الذات السلبي بآخر إيجابي مثل أن الاستقواء على الآخرين هو سلوك سيئ، وكذلك هو حرام من ناحية إسلامية ودينية إذ لا يجوز أن يستقوي طفل على آخر أو إنسان على آخر، وأن ينتبهوا لأنفسهم وكم مرة يقوم الطفل المستقوي بإزعاج الآخرين في اليوم ويسجل ذلك على ورقة خاصة ضمن برنامج، لأن الوعي للأفكار غير العقلانية هوالمرحلة الأولى نحو تعديلها وتغييرها.وكما في الملحق رقم (٩). لوحة النجوم اليومية

حيث يقوم الطالب بتسجيل الأفكار التي ترد الى ذهنه أو التصرفات التي يقوم بها تجاه الآخرين وفيها إساءة واستقواء لأن بعض الطلبة المستقوين لا يدري إذا كان هذا التصرف استقواء كالمزح مع فلان، أوالسخرية من آخر،أوالضرب بالمزح مع آخرين.

وكذلك الطلب من الطلبة ممارسة سلوكات إيجابية «نقيضة لسلوك الاستقواء» كما يرى السلوكيون مع الأطفال المستقوى عليهم من حيث مساعدتهم وتقديم العون المادي والنفسي لهم، وكذلك مساعدة الآخرين في المدرسة والقيام بأعمال إيجابية، وترسيخ قيم إنسانية واجتماعية والتعاطف مع الأطفال المعرضين للاستقواء عليهم (Victims).

ويتضمن الهدف الثالث البحث في قدرات الطلبة وميولهم ومهاراتهم فقد أشارت بعض الدراسات إلى أنهم ذوو قدرات عقلية ولا تنقصهم المهارات العقلية، حيث لديهم طرق في الاستقواء تنم عن قدرة عقلية حيث تجعلهم يمارسون الاستقواء دون علم من الراشدين المحيطين بهم، ويقدرون بشكل جيد ضحاياهم في كثير من المواقف تقديراً مناسباً.

فبعض الطلبة قد يكون لديه قدرات فنية أوموسيقية جيدة، والآخرون لديهم قدرات ومهارات كتابية ورياضية، وهنا يتم توجيه هؤلاء إلى هذه الميادين لكي يصقلوا موهبتهم أولاً وينشغلوا عن ممارسة الاستقواء على الآخرين ثانياً، حيث أظهر أدب الاستقواء أن الطلبة المستقوين على الآخرين في الغالب لا يملكون هوايات خاصة بل إنهم يقضون أكثر أوقاتهم في إيذاء الآخرين أو التخطيط لذلك.ولذلك فهم يختارون عدم الاشتراك في الأنشطة، أو هوايات يحتمل أن لا يفوزوا فيها؛ فهم دائماً يسعون للسيطرة، ولذا ينبغي التعرف على أوقات الفراغ لديهم، وكيف يقضونها وإشغالها

بالمفيد من البرامج والأنشطة الرياضية والثقافية والاجتماعية. مناقشة الطلبة عن هواياتهم ومهاراتهم وكيف يمكن الوصول بها الى درجة أفضل من خلال الحديث مع المجموعة والاستماع الى آرائهم .

أما مهارات القيادة: فلدى المستقوين مهارات في امتلاك القوة واستخدامها ضد الآخرين، وهم يفعلون ذلك لأسباب خاطئة وبطرق خاطئة بالقوة البدنية، أو الإيذاء؛ لغايات خاطئة ـ استضعاف الآخرين وجعلهم تُعساء في الحياة ـ وهنا تتم مناقشة لماذا لا يتم تحويل كل تلك المواهب والقدرات إلى شيء جدير بالاستحقاق؟ التدريب على القيادة ـ من خلال الخيال – تخيل نفسك قائد فريق رياضي مثلاً كيف تسعى بفريقك الى الفوز، أو السيكودراما«التمثيل النفسي المسرحي» وتعزيز العديد من السمات والمهارات الشخصية والإيجابية وترسيخها مثل: الفعالية، التفوق الرياضي، الشجاعة، التنازل، مراعاة مشاعر الآخرين، التخطيط، الصبر، الثقة، الإصغاء، واتخاذ القرارات، ونتخيل ما يمكن أن يحدث إذا ما استطعنا تحويل المستقوين إلى قادة، إنه أمر يستحق المحاولة، كما إنه أمر يحول الطلبة ذوي المشكلات إلى مصادر نافعة للمدارس والمجتمع (توسط الرفاق) مثلا ًحيث سيأتي دورها لاحقاً.

مناقشة الملحق رقم (٦) المتعلق بالسلوك الديمقراطي والاستقواء وأن السلوك الاستقوائي يتنافى مع الديمقراطية.

واجب منزلي: تخيل نفسك اليوم مدير مدرسة مسؤولاً عن وقف الاستقواء في مدرستك ماذا تعمل؟ ماذا تقترح لوقف الاستقواء؟ كيف تجعل مدرستك مكاناً آمناً لا يوجد فيه استقواء ؟

النتائج المتوقعة:

١ ـ الانتباه والوعي لسلوكهم أكثر.

٢ ـ التفكير في بدائل إيجابية عن سلوك الاستقواء.

(Sarzen, 2002; Juvonen, Graham and Schuster, 2003) (بين، ٢٠٠٥).

الجلسة السادسة

الأهداف:

١ ـ مناقشة الواجب المنزلي، واقتراحات الطلبة لوقف الاستقواء.

٢ ـ مساعدة الطلبة على التعرف على قانون الانضباط المدرسي.

٣ ـ مساعدة الطلبة على معرفة أسباب الاستقواء.

٤ ـ مساعدة الطلبة على المواءمة بين حقوقهم على الآخرين، وحقوق الآخرين عليهم.

٥ ـ مساعدة الطلبة في التعرف على مهارات التوسط بين الأقران.

الإجراءات:

- ناقش الواجب المنزلي واقتراحات الطلبة فيما لو كانوا مديري مدارس لوقف الاستقواء في مدارسهم واخلص إلى جملة من المقترحات وعززها حيث يعرض كل منهم رأيه فيما لو كان مديراً، سيقترحون أفكاراً عديدة وهم الأخبر في ممارسة هذا السلوك وانتقاء الفرص والأفراد للاستقواء عليهم.

- مساعدة الطلبة في التعرف على قانون الانضباط المدرسي من خلال إحضار كتب عن الانضباط المدرسي، وقراءة بنوده وفقراته. «كتاب الانضباط المدرسي الصادر عن وزارة التربية والتعليم قسم الإرشاد والصحة النفسية وعقوبات الذين يتعرضون بأذى لزملائهم». حيث إن الإرشاد بالقراءة من الأساليب النافعة في هذا المجال.
- مناقشة لماذا يستقوي الناس بشكل عام على بعضهم البعض؟ ثم توزيع ورقة تتحدث عن أسباب الاستقواء (بشكل فردي)، ثم تجمع وتناقش الأسباب بشكل جماعي ويتم الوصول إلى خلاصة حول الأسباب التي تدفع بالاستقواء، وضرورة مناقشتها، وعدم منطقيتها في الاستقواء على الآخرين. حيث يطلب من الأعضاء بشكل فردي أن يكتب كل منهم الأسباب الخاصة به ثم تناقش مع المجموعة، وبيان عدم منطقيتها وأنها غير مناسبة لطالب في المدرسة، ومن خلال معرفتنا بالأسباب الكامنة وراء سلوكاتنا فهذا يعطينا وعياً وقوةً لكي نغير تلك السلوكات.
- مناقشة أن الفرد أياً كان له حقوق يحافظ عليها وعليه واجبات، لكي تستقيم الحياة وهذه الحقوق والواجبات في كل المجالات الأسريه مثلاً، أو العمل، أو الصداقة. وتتم هنا مناقشة حقوق الفرد على الآخرين وحقوقهم عليه(الملحق رقم ٧). وبشكل فردي تتم مناقشة جماعية لحقوق الأفراد وما يترتب عليها من مسؤوليات تجاه الآخرين . وان المنطق السليم يقتضي أن نعامل الآخرين بالطريقة التي نرغب أن يعاملونا بها.
- مناقشة التدريب على مهارات التوسط بين الرفاق حيث إن هذا التمرين يجعل انتباه الطلبة على ميدان مغاير لسلوك الاستقواء حيث

يناقش المرشد مهارة التوسط مع الطلبة:فهي تنطلق من أن النزاع فرصة مهمة للنمو العقلي للأفراد وأن توسط الرفاق فرصة لإكسابهم مهارات التكيف الاجتماعي، وتطوير قدرتهم على الاتصال ويحول دون أن يتحول النزاع إلى عنف.كما ينعكس التوسط على الطلبة حيث يحسن من سلوكهم مع رفاقهم، ويرفع مستواهم التحصيلي، ومهاراتهم القيادية، وكذلك تقديرهم لذواتهم.(سوليفان ورفاقه، ٢٠٠٧).

- والتوسط هو عملية يتدرب فيها المشارك على تقديم المساعدة في حل النزاع، قبل أن يصل إلى درجة العنف.والوسيط :طرف محايد، وهو مدرب ليساعد الآخرين في حل نزاعاتهم بالطرق السلمية والحوار والمناقشة.

أما خطوات التفاوض فهي :

١ ـ وصف ماترغب فيه: من رغبات وحاجات وأهداف.

٢ ـ وصف المشاعر: وصف كيف تشعر،أو ردة فعلك تجاه أمر ما.

٣ ـ تبادل الاهتمامات :وهي مشتركة بين الأطراف المتنازعة.

٤ ـ فهم وجهة النظر الأخرى :للطرف الآخروجهة نظر أخرى.

٥ ـ إيجاد بدائل تحقق الفائدة لكلا الطرفين :الكل رابح.

٦ ـ التوصل إلى اتفاقية حكيمة ترضي كل الأطراف. ومناقشة للملحق رقم (١٠)الذي يقوم فية المسترشدون بترتيب الصور بتسلسل .

وعندما يتعلم المشارك هذه المهارة ويعمل بها نكون قد حولناه من مستقو الى وسيط يمتلك مهارة التفاوض، والنقاش، والحوار، والمنطق السليمً، وهذا تماماً مانريده.يمكن أن يمارس الطلبة هذه المهارة ضمن موقف تمثيلي داخل الصف وإشراف المرشد النفسي. واجب منزلي: حاول تطبيق

مهارات التوسـط على أي موقف نزاع بين زملائك أو إخوانك في البيت يمر بك خلال هذا اليوم ولغاية الجلسة القادمة .

النتائج المتوقعة:

١ ـ الوعي بوسائل إيجابية لوقف الاستقواء، وفهم نتائجه الخطيرة.

٢ ـ امتلاك مهارة التوسط بين الرفاق.(بين، ٢٠٠٥، الأشهب، ٢٠٠٤).

الجلسة السابعة

الأهداف:

١ـ مناقشة الواجب المنزلي.

٢ـ مساعدة الطلبة على إدارة غضبهم.

٣ـ مساعدة الطلبه في امتلاك مهارات الاسترخاء.

الإجراءات:

ـ مناقشـة الطلبـة في الواجـب المنزلي المتعلـق بمواقف النـزاع ومهارات التوسـط التي قام بها الطالب خلال الجلسـة الماضية، وكيفية التصرف في هـذه المواقف؟ واخلص إلى«أن التوسـط يحتاج منـا إلى إدارة فاعلة ومهارات عالية لكي نكون وسطاء ناجحين». وماهي خبرات الأفراد في مواقف التوسط التي قاموا بها ،وماهي ملاحظاتهم عليها .

ـ مناقشة إدارة الغضب لدى الطلبة المستقوين وهي مهارة مهمة تمكنهم مـن معالجـة غضبهـم، وهـذا أحد الأسـباب التـي تجعلهم يمارسـون

الاستقواء، ولذا فهم يحتاجون إلى مساعدة تعلم كيفية السيطرة على غضبهم وانفعالاتهم، وكبح الدوافع العنيفة، أو العدوانية ومقاومة تفريغ غضبهم في آخرين، لذا نناقش مع الطلبة وبشكل جماعي مايلي:

- كيف تعرف أنك غاضب وماذا تعمل أثناء ذلك ؟
- كيف تشعر عندما تكون غاضباً؟ أو محبطاً؟ بعدم الفهم؟ بالحزن؟ بالحرارة في جسمك؟ كأنك على وشك الانفجار؟ كأنك تريد أن تضرب آخر؟
- صف وقتاً شعرت فيه بالغضب الشديد؟ كيف شعرت؟ ماذا عملت؟ ماذا حدث بعد ذلك؟ كيف شعرت بعدها؟
- كيف تشعر عندما يغضب منك شخص ما؟ هل تشعر بالخوف؟ بالقلق؟ هل تتمنى لو أن باستطاعتك أن تختفي؟
- هل تعتقد أنه من الإنصاف أن يفرغ شخص ما غضبه فيك؟
- كيف يؤثر غضبك على الأشخاص من حولك؟ ما هو أثر ذلك على أسرتك؟ أصدقائك؟ وعلى الشخص والأشخاص الذين نشعر بالغضب منهم؟. برأيك كيف يشعرون عندما تفرغ غضبك فيهم؟
- هل هناك أي شيء تريد أن تغيره في الطريقة التي تشعر بها وتتصرف وفقها عندما تغضب؟
- هل يجب أن تتعلم طرقاً مختلفة تتصرف بها بشكل مناسب ومقبول عندما تغضب؟ هل هناك بعض الأفكار الأولية التي يمكن مناقشتها مع الطلاب لإدارة غضبك؟

ـ تعلم أن تميز الإشارات الدالة على غضبك؟ واعمل شيئاً قبل أن ينفجر غضبك؟.

ـ ابتعد عن الشيء السيئ المسبب للغضب.

ـ خذ نفساً عميقاً عدة مرات.

ـ عد من ١ ـ ١٠ ببطء وافعل ذلك عدة مرات.

ـ حاول أن تسترخي وتهدأ وفكر في أفكار هادئة وسليمة، وحاول أن تشد عضلات جسمك ثم استرخ من جسمك وحتى قدميك؟

ـ تظاهر بأنك غير غاضب وربما تقوم بدور تمثيلي جيد إذا ما اقتنعت بذلك.

ـ اسأل نفسك لماذا أنا غاضب؟ ربما لم يقصد الشخص لأن يغضبك؟ ربما كان مصادفة؟ ربما سوء فهم منك؟

ـ حاول أن تفهم أن العالم ليس كله ضدك؟ حاول كلما أحسست بالغضب أن تفكر بأنه لاشيء يستحق الانفعال.

ـ تمرين الاسترخاء Relaxation Exercise يطلب المرشد من الأعضاء ممارسة التمارين التالية:

ـ استلقِ بوضع مريح قدر المستطاع.

ـ أرخ أي شيء مشدود في جسمك من أسفل قدميك وحتى رأسك.

ـ أغلق راحة يدك اليمنى ثم افتحها ١٠ مرات، ثم راحة يدك اليسرى ولمدة ١٠ مرات أخرى، وبهدوء كامل، وكرر ذلك أكثر من مرة لاحظ الفرق بين الشدة والتوتر.

ـ حرك مرفقك الأيمن ثم الأيسر عدة مرات، ثم حاول تحريك اليد اليمنى، ثم اليسرى عدة مرات.

ـ ارفع كتفيك إلى أعلى ثم أسفل عدة مرات، ولاحظ التوتر والاسترخاء في الكتفين والرقبة ثم عد إلى الوضع المريح.

ـ تنفس بعمق «شهيق» احتفظ به أكبر وقت ممكن أخرج ذلك الهواء بهدوء «زفير» كرر ذلك عدة مرات لاحظ أنك تسترخي أكثر.

ـ ابدأ بحركات الرأس، والجبين، والعينين، ويتم ذلك عن طريق شد عضلات الجبين والحاجبين.

ـ أغلق عينيك بهدوء وقوة حتى الشعور بالتوتر ثم الاسترخاء، وكرر ذلك.

ـ أطبق الفكين والأسنان بإحكام ولاحظ التوتر.

ـ ضم الشفاه بقوة، لاحظ التوتر، ثم الاسترخاء، وكرر ذلك عدة مرات. الآن أصبح وجهك وكتفيك في حالة استرخاء.

ـ حرك الرقبة إلى الأمام عدة مرات،ثم إلى الخلف عدة مرات، وهكذا إلى اليمين، ثم الشمال، لاحظ الاسترخاء في رقبتك ووجهك.

ـ خذ نفساً عميقاً وخذ شهيقاً عميقاً وكرر ذلك، واحبس الهواء في صدرك أكثر وقت ممكن، وكرر ذلك عدة مرات.

ـ اقبض عضلات البطن نحو الداخل ،عدة مرات ثم استرخ ،كرر هذه العملية عدة مرات، ولاحظ الفرق بين التوتر والاسترخاء.

ـ حرك مشط الرجل إلى الأمام ثم إلى الخلف ثم إلى الجانبين عدة مرات، ولاحظ الاسترخاء في قدميك.

ـ اثن القدم الى الخلف باتجاه رسغ القدم.

ـ لاحظ أن جميع العضلات مسترخية تماماً.

ـ ثم يقوم المرشد بالإيحاء للأعضاء بتخيل نفسه في أماكن بعيدة عن التوتر والصخب وفيها أشجار وكذلك هدوء كامل، وأنت في هذا

الاسـترخاء حاول أن تراجع أفكارك وحديـث الذات الذي تحدث به نفسـك وقل لنفسـك إنني أسـتطيع ضبط غضبي، والتحكم في نفسي في كل الأحوال، ولدي السـيطرة على كل أطرافي وجسمي وكرر تلك التمارين كلما شعرت بالتوتر.

واجب منـزلي :قم بالتدريب على المهارات الاسـترخائية في المنزل ولمدة أكثـر من مرة ولاحظ كيف أنـك أصبحت أفضل هدوءاً وقدرةً على التحكم في نفسك.

النتائج المتوقعة:

١ ـ فهم الإشارات التحذيرية الدالة على الغضب.

٢ ـ وعـي أكثر بالذات أثنـاء الغضب وأن يتمكن من إدارة غضبه أكثر. (بين، ٢٠٠٥).

الجلسة الثامنة

الأهداف:

١ ـ مناقشة الواجب المنزلي.

٢ ـ أن يكتسب الطلبة مهارة البدء بالمحادثة، والاستماع الفعال للآخرين ضمن مهارات الاتصال.

٣ ـ أن يقـوم الأعضـاء بممارسـة البـدء بالمحادثـة والاسـتماع الفعال في الجلسة الإرشادية.

الإجراءات:

- مناقشة الواجب المنزلي، حيث يعرض كل من الأعضاءإحساسه بعد ممارسة التمارين الاسترخائية، والطلب من الأعضاء تكرار ذلك وقت الحاجة.
- مناقشة الطلبة بأهمية التواصل السليم مع الآخرين وفهم الرسائل اللفظية، وغير اللفظية التي تصدر عن الآخرين والتي قد تكون في كثير من الأمور سبباً في الاستقواء والعنف على الآخرين.
- الاتصال مع الآخرين يعني العمليات التي يستجيب بها شخص لسلوك الآخرين، وتصرفاتهم، وهي عملية تفاعلية، والناس لا يمكن إلا أن يتواصلوا معاً من خلال الاتصال المباشر بالكلام، وهنا تكون رسائل غير لفظية تتلاءم مع المحادثة مثل هزّ الرأس، تعبيرات العيون، نبرة الصوت، حركات الجسم، كما يمكن أن يكون الاتصال غير مباشر أو عن طريق الهاتف، أو أي وسيلة أخرى كالانترنت.

وسوف نتعرف على مهارتين ضمن مهارات الاتصال هما:

١ ـ مهارة البدء بالمحادثة.

٢ ـ مهارة الاستماع الفعال للآخرين.

والبدء في المحادثة هو قدرتنا على المبادرة في البدء في موضوع معين مع الآخرين، والاستماع للآخرين لا يعني أن نسمع الكلام اللفظي، وإنما يعني أن نسمع ونفهم ما نسمع ونوصل للطرف الآخر أننا نفهم من خلال إعادة العبارات التي يقولها ولكن بالطريقةالخاصة بنا.

ومن الممكن أن نرى مثالاً على ذلك من خلال اثنين من الطلبة (أ) يبدأ بالحديث مع (ب) ويطلب من (ب) الاستماع بشكل جيد، وذلك من خلال

إعـادة العبـارات التي يقولها ثم يطلب المرشـد من الأعضـاء عكس الأدوار حيـث يتحـدث (ب) ويسـتمع (أ) بفاعليـة له مـن خلال الإنصـات وفهم الكلام اللفظي والتعابير الجسمية غير اللفظية حركات الجسم والعيون.

ويمكـن تقديـر أن نحو ٧٠ بالمئة من سـاعات اليقظة يقضيها الإنسـان في التواصل قـراءة، كتابة،محادثة،وإصغاء.ومعظـم ذلك الوقت ينصرف الى الإصغاء ولكي تصبح مصغياً جيداً يراعى الآتي:

١ ـ انتبه والتزم الهدوء :فالإصغاء يعني عدم التحدث.

٢ ـ استخدم لغة جسدية تعبر عن الانتباه:واجه المتكلم مباشرة.

٣ ـ تواصل بالعينين وحافظ على ذلك.فهذايسـمح لك بأن تعرف اللغة الجسـدية للمتكلم وتعبيرات وجهه وهـي تلميحات مهمة للكيفية التي تشعر بها.

٤ ـ كن صبوراً :أتح المجال للمتكلم بأن يقول مايريد.

٥ ـ اطلب توضيحاً إذا كنت بحاجة لذلك.وأكدّ على دقة ماتسمع.

٦ ـ تعاطف :ضع نفسك مكان المتكلم.

٧ ـ اطرح أسئلة لتشجيع المتكلم ولتشعره بأنك تصغي اليه.

٨ ـ أعد كلمات المتحدث واعكس مشاعره من حين إلى آخر.

٩ ـ اعكس كلام المتحدث من خلال ملامح وجهك.

١٠ ـ عند محطات معينة من مسيرة التحدث،لخص ماسمعته من المتكلم.

١١ ـ استخدم لغة جسد مشجعة :هز الرأس مثلاً.

١٢ ـ استخدم جملاً معترضة قصيرة لتشير بذلك إلى أنك تصغي إليه.

١٣ ـ ركزّ بالفعل على مايقوله المتكلم.

١٤ ـ دع المتكلم يصف مشاعره، وابتعد عن المقاطعة والتقييم والشرود الذهني والمجادلة.

ثم يدور نقاش بين المرشد والأعضاء حول البدء بالمحادثة، والاستماع الفّعال وهل يحققان أهداف الأفراد في الاتصال ... قدم تغذية راجعة للأعضاء وأكدّ على الاتصال السليم.

واجب منزلي: يحاول الأعضاء تجريب الاستماع الفعال، وكذلك مهارة البدء بالمحادثة في المنزل مع الإخوة أو الوالدين، وكذلك ضرورة مراقبة الرسائل غير اللفظية المرافقة للرسائل اللفظية لموقف معين، وهل هناك توافق أو عدم توافق بين الجانبين وبيان كيف أن سوء الاتصال قد يخلق مشكلة استقواء بين الطلبة.

النتائج المتوقعة:

١ ـ اكتساب الطلبة مهارات التواصل السليمة للبدء بالمحادثة، وكذلك الاستماع الفعال.(بين، ٢٠٠٥).

الجلسة التاسعة

الأهداف:

١ ـ مناقشة الواجب المنزلي

٢ ـ مناقشة الفكرة غير العقلانية التي ترى أن بؤس الإنسان وشقاءه ينتج عن الأحداث والأشخاص الموجودين في البيئة.

٣ ـ مساعدة الطلبة في التعرف على مهارة حل المشكلات، والتدريب عليها.

الإجراءات

الترحيب بالأعضاء، شكرهم على القدوم في الموعد المحدد ومناقشة الواجب المنزلي، مهارة الاستماع الفعال والبدء في المحادثة وأهميتها في فهم الآخر فهماً كاملاً يضمن عدم اللجوء للاستقواء، وأن يعرف الطلبة أن مهارة الاستماع الفعال والبدء بالمحادثة تحتاجان منا إلى الكثير من المهارات.

مناقشة مع الطلبة عن أن شقاء الإنسان لا ينتج عن عوامل بيئية ولكنه ناتج عن طريق تفكير الأفراد وأن الآخرين لا يدفعوننا لكي نكون غير عقلانيين بل هو نتاج أفكارنا ومعتقداتنا.

مناقشة مع الطلبة عن التدريب على مهارة حل المشكلات: حيث حل المشكلات يحتاج إلى مهارات، ولذا لكي يتغلب الطلبة على المشكلات التي تعترضهم لابد من معرفة خطوات حل المشكلات بدلاً من اللجوء للعنف والاستقواء على الآخرين، وتتكون المهارة من المراحل الآتية:

١ ـ مرحلة تحديد المشكلة.

٢ ـ مرحلة البدائل.

٣ ـ مرحلة موازنة البدائل.

٤ ـ مرحلة اختيار البديل الأنسب.

٥ ـ مرحلة التنفيذ.

يعرض المرشـد المثال التالي: أنت في سـاحة المدرسـة رأيت مجموعة من الطلبـة يضحكـون فيـما بينهـم أثنـاء قدومك إليهـم، تخيل أنك مـررت بهذا الموقف، ثم يطلب المرشـد من الطلبة القيام بتنفيذ المرحلة الأولى وهي تحديد المشكلة ويكتبها على السبورة.

- يطلب المرشد تنفيذ المرحلة الثانية، ويتم كتابتها على السبورة.
- يطلب المرشـد تنفيذ المرحلة الثالثة، ويكتب البدائل ويوازن بينها على السبورة.
- يطلب المرشـد اختيار البديل الأنسـب وهي اختيار اسـتراتيجية تنفيذ البديل.
- يطلب المرشد أفكار الطلبة عن هذه المهارة ومناسبتها لهم.
- يطلب المرشـد من الطلبة ممارسة مهارة حل المشكلات لموقف تصرف فيه المسترشـد خطأ وأدى الى مشـكلة مع طالب لعـدم اتباعه خطوات حل المشكلات .

واجـب منزلي: يطلب المرشـد من الطلبـة أن يختاروا مشـكلة ما ويطبق كل طالب منهم مهارة حل المشـكلات عليها، والمشـكلة قد تكون في الصف أو المدرسـة أو في أي مـكان آخرلكنها مشـكلة سـلوكية يمارس فيهـا الطلبة الاستقواء .

النتائج المتوقعة:

١ ـ الوعي بالأفكار اللاعقلانية والعمل على وقفها.

٢ ـ اكتساب مهارة حل المشكلات وتطبيقها.(Ellis, 1994; Bernard, 2004) (بين، ٢٠٠٥).

الجلسة العاشرة

الأهداف:

١ـ مناقشة الواجب المنزلي.

٢ـ مساعدة الطلبة على نقاش مجموعة من حالات الاستقواء وأثر هذا الاستقواء على الضحايا (٣) حالات.

٣ـ مساعدة الطلبة على تشكيل اتجاه إيجابي في مقاومة الاستقواء في المدرسة.

الإجراءات:

- الترحيب بالطلبة وشكرهم على الحضور وحثهم على المشاركة الفاعلة،ومناقشة الواجب المنزلي حيث يظهر المرشد النفسي بطريقة واضحة ربح الطالب وخسارته حين يقوم بفهم خاطئ لسلوك الآخرين ونتائج هذا الفهم المتسرع على الطالب المستقوي والضحية.
- عرض لـ (٣) حالات من الأمثلة للاستقواء على الطلبة وأثر ذلك عليهم ثم مناقشتها:

● الحالة رقم (١) يغادر سمير المدرسة قبل نهاية الحصة الأخيرة يومياً وتكرر اسمه في سجل الغياب عن الحصص الأخيرة، ما أدى إلى تدني علاماته الشهرية في المواد التي يغادر فيها الصف، ولدى استفسار المعلم وجد أن أحد الطلبة تعرض له أكثر من مرة وقام بضربه جسدياً وطلب منه أن يحمل حقيبته إلى بيته وهكذا تكرر ذلك مع سمير.

- الحالـة (٢) عمـر طالب في الصف السـابع يأخذ أحـد الطلبة أدواته الهندسـية وأقلامه باسـتمرار، عمر لم يفكر في استشـارة أحد، أصبح يتعـرض لتسـاؤل المعلمـين عـن فعاليته الدراسـية، حيـث كان من الطلبة المتميزين، أصبح يعاني من أحلام مزعجة وتساقط الشعر عزا الطبيب مشكلاته إلى الضغط النفسي.
- الحالة (٣) محمود طالب في الخامس الأساسي تعرض لتهديد جنسي أثنـاء وجوده في الحمامات المدرسـية، أصبح محمود يتجنب الحمامات المدرسية ويذهب للبيت أثناء الفرصة ما يسبب تأخره عن الدوام بعد الاسـتراحة، أصبحت مشـكلة محمود متكـررة، ويتعرض لعقوبات مدرسية على هذا التأخر.

- تشـكل الحالات السـابقة أمثلة على الاسـتقواء على الآخرين ما رأيك بهذه المشـاكل؟ وما هي مشـاعر الضحايا؟ وما هو نتائج هذه الأعمال عليهم؟ كيف تساعد الضحايا على وقف الاستقواء عليهم؟ وجه لكل منهم نصائح لوقف الاستقواء.
- مناقشـة الملحـق رقم (١٠) ميثاق المجموعـة واخلص الى مجموعة من المبادىءالتي يتم الاتفاق عليها.

واجـب منزلي: من خلال خبرتك اكتب عن حادثة اسـتقواء تعرض لها طفل ولاحظتها أنت وماذا قدمت له؟ لكي يتجنب الاستقواء المستمر.

النتائج المتوقعة

الوعـي بالاسـتقواء ونتائجـه والعمـل على مسـاعدة الطلبـة الضحايا. (Kirstensen and Smith, 2003 سوليفان ورفاقه، ٢٠٠٧)

الجلسة الحادية عشرة

الأهداف:

١ ـ مناقشة الواجب المنزلي.

٢ ـ مساعدة الطلبة على تمثيل موقف محكمة للفرد المستقوي.

٣ ـ مساعدة الطلبة على وقف الأفكار غير العقلانية والتفكير فيها.

الإجراءات

مناقشة الواجب المنزلي حيث يتحدث الطلبة عن مشاهداتهم وملاحظاتهم لمواقف الاستقواء وما هي المساعدات التي قاموا بها للطالب الضحية. والوصول إلى أن الطلبة الضحايا بحاجة ماسة للدعم والمساندة والتعاطف وهم أقدر الناس على تقديم هذا الدعم وهذا يخلق لديهم اتجاهاً إيجابياً لمقاومة الاستقواء.

من خلال موقف تمثيلي أعرض على المسترشدين إنشاء محكمة للفرد المستقوي والنظر في مشكلته حيث يتولى بعض الطلبة دور محامي الدفاع، ووكيل النيابة ويكون المرشد القاضي من أجل فهم أبعاد عملية الاستقواء وشرحها، والجزاء العادل الذي يلقاه المستقوي في النهاية، وهنا لا يتعرض المستقوي إلى عقوبات، ولكن إلى توجيه وتمارين ونصائح تمكنه من تكوين اتجاه سلبي نحو الاستقواء، وبقية الطلبة متفرجون وحضور.

الأفكار غير العقلانية هي المسؤولة عن الاستقواء، وفلسفة المستقوي بحاجة إلى تغيير واستبدالها بأفكار وفلسفة ايجابية، ويتم هنا عرض تمرين

«توقف» و «فكر» وفيما يلي ثلاث طرائق لاستخدام إجراء توقف وفكر:

١ ـ أخبر الطلاب أن لديك القدرة على أن تتوقف، وتفكر، قبل أن تقول أو تعمل شيئاً ما، وهذه طريقة لمنع نفسك من قول، أو فعل شيء، قد يوقعك في مشكلة، أو يسبب الأذى لشخص آخر، وكلما يقول المرشد توقف وفكر فإنه يريد من الأشخاص الذين يخاطبهم أن يفعلوا ذلك. توقف (معناه عن أي شيء تقوله أو تعمله) ثم فكر (فيما أنت على وشك أن تقوله أو تعمله)، وقرر إذا ما كان يجب عليك فعله أو أن تفعل شيئاً آخر، استخدم هذه العبارة مع الطلاب «قف وفكر» بصوت هادئ، وهذا بديل رائع للصراخ، أو الانفعال، أو ورود الأفعال الأخرى.

٢ ـ وزع نسخاً من النشاط قف / وفكر على قصاصة من الورق، ودعهم يحملون هذه الشعارات في جيوبهم، وذكرهم أن إشارة قف / فكر تذكرهم بالتوقف قبل التسرع في التصرف. ملحق رقم (١١).

اسمح للطلبة باستخدام إجراء توقف وفكر مع بعضهم البعض، وذلك لكي يوقفوا السلوكات المتهورة لديهم قف / وفكر.

واجب منزلي: تدرب في البيت في جو استرخائي على التحكم بأفكارك ووقفها والتفكير فيها واختر الأفضل لمعالجة المشكلة.

النتائج المتوقعة:

١ـ وعي بوقف الأفكار غير العقلانية وحديث الذات السلبي ومقاومته.

٢ـ اكساب المسترشدين التعاطف مع الضحايا .(Ellis, 1994؛بين، ٢٠٠٥).

الجلسة الثانية عشرة

الأهداف:

١ ـ مناقشة الواجب المنزلي.

٢ ـ مساعدة الطلبة على امتلاك مهارة الاسترخاء.

٣ ـ مساعدة الطلبة على الاستمرار في تطبيق الأفكار السابقة في الظروف التي تدفعهم للاستقواء وتطبيقها على المواقف المماثلة.

الإجراءات:

الترحيب بالطلبة، وشكرهم على جهودهم وتحسنهم ومحاولاتهم في التطبيق، مناقشة الواجب المنزلي مع الطلبة، وما هي أفكارهم ومشاعرهم في هذه التجربة، صعوباتها وأي أفكار أخرى . وأخلص الى الوصول الى أن هناك حلولاً ايجابية يمكن الوصول اليها ولا تسئ للآخرين .

تطبيق الطلبة للتمارين الاسترخائية ثانيةً حيث يساعد هذا الاسترخاء على زيادة القدرة على ضبط النفس والجسم وزيادة التحكم فيه والعمل على إعطاء ثقة للمشاركين، ويتم ذلك من خلال مجموعة من التمارين البسيطة التي تعمل على شدّ وإرخاء للأطراف والمفاصل ابتداءً من الرأس وحتى أخمص القدم، ويمكن أن يكون ذلك بشكل جماعي، مع حركات رتيبة من قبل المرشد تساعد على الاسترخاء كما تم شرحة سابقاً.

تطبيق ميثاق الصف أو المجموعة المدرسي لمكافحة الاستقواء حيث يوقع عليه طلاب المجموعة، نحن الطلاب الموقعين أدناه نتعهد بعدم اللجوء

للاستقواء على الآخرين وعده سلوكاً غير مناسب لاستخدامه في مدرستنا، وعليه نوقع.ملحق رقم (٨).

واجب منزلي:فكر في مجموعة أخرى من الأفكار التي يؤدي الالتزام بها إلى وقف الاستقواء.

النتائج المتوقعة:

١ ـ وعي بوقف الاستقواء.

٢ ـ وعي بالمشاركة في وقف استقواء الآخرين.

٣ ـ التعاون مع إدارة المدرسة والمرشد والمعلمين في مقاومة هذا السلوك (بين، ٢٠٠٥؛ سوليفان ورفاقه ،٢٠٠٧).

الجلسة الثالثة عشرة

الأهداف :

١ ـ مناقشة الواجب المنزلي.

٢ ـ تذكير الطلبة بمهارات التوسط وفض النزاع وتأكّد من امتلاكهم تلك المهارات.

٣ ـ مساعدة الطلبة على امتلاك مهارات تكوين الصداقة.

الإجراءات :

ـ مناقشة أفكار الطلبة في وقف الاستقواء وأن تعميم تلك الأفكار على

باقي طلبة المدرسة يمنع الاستقواء ويخفف سلوك العنف فيما بينهم في المدرسة والبيئة المحيطة.

- يتم تذكير الطلبة بمهارات التوسط وحل النزاع ويطلب من طالبين أن يشرحا عملية التوسط وفوائدها على الجميع في المدرسة.

بعض الطلبة يصبح مستقوياً لأنه لايملك مهارات الصداقة، يشعر بالوحدة فيسعى إلى جذب الاهتمام من خلال الاستقواء ولذا من المهم تعليم الطلبة كيف يحترمون الآخرين ويصادقونهم وهناك بعض الأفكار المساعدة على ذلك ويتم مناقشتها مع المجموعة:

١ ـ بادر ولا تنتظر الآخر للقيام بالخطوة الأولى من خلال التحية والابتسام.

٢ ـ شارك :في النوادي وغيرها من الأنشطة.

٣ ـ دع الآخرين يعرفون أنك مهتم بهم.

٤ ـ كن مستمعاً جيداً.

٥ ـ أطلع الآخرين على اهتماماتك.

٦ ـ لاتتباهى كثيراً بقدراتك.

٧ ـ كن صادقاً.

٨ ـ كن لطيفاً.

٩ ـ لاتجعل من أصدقائك صدى لمشكلاتك فحسب.

١٠ ـ تحمل المسؤولية.

١١ ـ كن متقبلاً للآخرين.

١٢ ـ تعلم واعرف من هم أصدقاؤك أكثر.

مناقشــة مع الطلبة حــول الصداقة وضرورة تكويــن أصدقاء وضرورة المحافظـة عـلى الصداقة وما هي الوظائـف التي يمكن أن تؤديهـا الصداقة ، والاستماع لخبرات الطلبة. (بين، ٢٠٠٥) (Levinson, 2006).

النتائج المتوقعة :

ـ اكتساب مهارة تكوين أصدقاء.

الجلسة الرابعة عشرة

الأهداف:

١ـ مناقشــة آراء المشاركين في البرنامج، وماهي ملاحظاتهم عليه ومدى مناسبته لهم ؟ تقييم البرنامج.

٢ـ تطبيق الاستمارة البعدية على الطلبة.(استبانة سلوك الاستقواء ملحق رقم ١).

٣ـ مسـاعدة الطلبـة عـلى التعبـير عن نجاحهـم في البرنامـج من خلال احتفال بسيط في نهاية الجلسة.

الإجراءات

هذه الجلســة هي ختامية للبرنامج يقوم المرشــد خلالها باستقبال أعضاء المجموعة الإرشـادية وشـكرهم على بذل الجهود التي بذلوهـا، وهي اللقاء الأخـير ضمن المجموعة وأن المرشـد يأمـل أن يطبق الطلبة ماتـم تعلمه من مهارات، وأنه على استعداد لمناقشة أي أمر مع الطلبة في حالة الحاجة اليه.

يطبق المرشد النفسي الاستمارة البعدية على الطلبة ثم يشكرهم على جهودهم ويناقش مع الطلبة أي ملاحظة يرغبون في الحديث عنها، أو أي أمر يودون السؤال عنه،وكذلك مدى مناسبة ماتم مناقشته للطلبة حيث يحصل على تغذية راجعة منهم حول البرنامج، وماذا يقترحون، ومالذي أعجبهم أو لم يعجبهم من نشاطات.و يعطي مجالاً لكل منهم للتعبير عن رأيه.يشكرهم ويتمنى لهم التوفيق، ويذكرهم بأخلاقيات الإرشاد الجماعي وأن الذي قيل في المجموعة يبقى كما تم الاتفاق عليه.

وفي الختام احتفال بسيط بنجاح المجموعة في التخلص من السلوك الاستقوائي.

المصادر والمراجع

المراجع العربية

١ـ أبو غزال، معاوية(٢٠١٠). أسباب السلوك الاستقوائي من وجهة نظر الطلبة المستقوين والضحايا، مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد(٧)، العد(٢).

٢ـ الأشهب، جواهر. (٢٠٠٤). أثر برنامج في توسط الرفاق في مفهوم الذات والعدوان المدرك وحل المشكلات ومهارات التوسط والمعتقدات حول النزاع وشدة النزاع لدى طالبات المرحلة الأساسية العليا، رسالة دكتوراه غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

٣ـ باترسون، س، هـ. (١٩٩٠). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي. ترجمة حامد عبد العزيز الفقي.الكويت: دار القلم، الكتاب الأصلي منشور عام ١٩٨٠.

٤ـ بين، اللينّ. (٢٠٠٥). الصف الخالي من الطلاب المستقوين: أكثر من مئة فكرة واستراتيجية لمعلمي الصفوف من الروضة للثاني المتوسط. ترجمة مدارس الظهران الأهلية.الدمام: دار الكتاب التربوي للنشر والتوزيع. (تاريخ النشر الأصلي ١٩٩٩).

٥ـ الشهري، علي عبد الرحمن(٢٠٠٣). العنف في المدارس الثانوية من وجهة نظر المعلمين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية ، السعودية.

٦ ـ سوليفان،كيت ؛وكلاري، ماري؛ وجيني، سوليفان. (٢٠٠٧).سلوك

المشاغبة في المدارس الثانوية:ماهيته وكيفية إدارته. (طه عبدالعظيم حسين،مترجم).عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع .(تاريخ النشر الأصلي ٢٠٠٤).

٧ـ الشناوي، محمد محروس. (١٩٩٦). العملية الإرشادية والعلاجية. القاهرة: دار غريب للنشر والتوزيع.

٨ـ الصبحيين ،علي موسى (٢٠٠٧). أثر برنامج إرشاد جمعي عقلاني انفعالي سلوكي في تخفيض سلوك الاستقواء لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا في البادية الشمالية الغربية، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة اليرموك، إربد ـ الأردن.

٩ ـ فرنافا، جورج. (٢٠٠٤). كيف يمكن القضاء على ظاهرة العنف في المدارس. (خالد العامري، مترجم). القاهرة: دار الفاروق للنشر والتوزيع. تاريخ النشر الأصلي (٢٠٠٢).

١٠ـ الزعبي، أحمد محمود(٢٠٠١). الأمراض النفسية والمشكلات السلوكية والدراسية عند الاطفال، دار زهران للنشر والتوزيع، عمان.

١١ـ زهران، حامد.((١٩٧٧) : علم نفس النمو ، القاهرة، عالم الكتب.

١٢ـ الريماوي،محمد(٢٠٠٨). علم النفس التطوري، الشركة العربية المتحدة للتسويق،القاهرة

١٣ـ العنزي، فريج(٢٠٠٤). العدوانية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية، مجلة التربية، العدد ٧٣.

١٤ـ علاونة، شفيق فلاح(٢٠٠٤). سيكولوجية التطور الانساني في الطفولة، دار المسيرة، عمان.

١٥ـ فيلـد، إيفلـين .((٢٠٠٤.حّصـن طفلـك مـن السـلوك العـدواني والاسـتهزائي:اقتراحات لمسـاعدة الأطفـال عـلى التعامـل مـع المسـتهزئين والمتحرشـين .(مكتبة جرير،مترجـم).الرياض:مكتبة جرير للنشر والتوزيع. تاريخ النشر الأصلي (١٩٩٩).

١٦ـ القرعان، أحمد خليل (٢٠٠٤). الطفولة المبكرة، خصائصها، مشاكلها، حلولها، دار الإسراء للنشر والتوزيع،عمان

١٧ـ محمود، عكاشـة(٢٠٠٤). الخوف والأرق عند الأطفال، دار المسـيرة، عمان.

المراجع الأجنبية:

Aluedes, Oyaziwo.(2006). Bullying in School: A Form of Child Abuse in School. Educational Research Quaterly, l,(30) 301. 37 - 49.

Alkinson,M.and Hornby,G.(2002). Mental Health Hand Book for Schools, (London:Routledge Foelmer).

Baldry, A. (2003). Cognitive Behavior Training Peer Group Intervention (Peer Counseling and Mediation) School Environmental Strategies. Retrieved. January 30, 2007. from http://www.ibs.colorado.edu.

Bauer, N; Lozano, P; Rivara, F. (2007). The Effectiveness of the Olweus Bullying Prevention Program in Public Middle School: A Controlled Trail. Journal of Adolescent Health. 40, (3), 266 - 274. Retrieved Janauray 5, 2006 from EBSCO Master File database.

Beane, A. (1999). The Bully Free Classroom: Over 100 Tips and Strategies for Teachers K - 8. (Minneapolis : Free Sprit Publishing).

Bernard, M. (2004). Emotional Resilience in Children: Implication For Rational Emotive Education. Romanian Journal Cognitive and Behavioral Psycho - Therapies, 4,(1), 39 - 52.

Carol, R. (2004). Assessing Students for Morality Education: A New Role for School Counselors. Professional School Counseling, 7 (5), 356 - 362.

Corey, G. (1996). Theory and Practice of Group Counseling. California State University Brooks: Cole /Publishing Company.

Davis, S. (2004). Preventing Classroom Bullying: What Teacher Can Do. Retrieved October 5, 2006 From web site http//: www.jimwrightonline.com.pdfdocs.

Dikerson, D. (2005). Cyber Bullies on Camps. Retrieved October 5 2006, from the htt://www.unicef.org.violence.

Ellis, A. (1994). Rational - Emotive Therapy and Cognative Behavior Therapy. (New York Springer).

Frey, K; Hirschstein, M, Snell, J, Mackenzie, E; & Broderick, (2005). Guide to Effective Programs for Ehildren and Youth. Retrived October 5, 2006. From http//: www. childTrends.org.html.

Gilbert, S. (1999 August 25) Study Finds Bullies and Victims are More Alike Than Different Both Group likely to be Suffering from Depression. Retrieved October 5, 2006, from http://www.sfGate.com.

Granvold, D. (1994). Concept and Method of Cognative Treatment., (California: Brooks/Cole Publishing Company Pacific Grove).

Hazler, R; Carney, J. (2002). Empowering Peer to Prevent

youth Violence. J*ournal of Humanistic Counseling and Development*. (41) , 129 - 149.

Ireland, J, and Archer, J; (2004). Association Between Measures of Aggression and Bullying Among Juvenile and Young Offenders. *Aggressive Behavior,30,* 29 - 42.

Jaana, J. (2005). Myth and Facts About Bullying School. Behavior Health Managements.. 25. 2 pp. 36 - 41. Retrieved October 30, 2006. From EBSCO host Master File data base.

Jaana, J; Cornell, D; Sheras, G. (2006). Identification of School Bullies by Survery Methods. *Professional School Counseling,* 9 ,(4), 305 - 313. Retrieved October 30, 2006, From EBSCO Host Master File Data Base.

John, Cham., (2006). Systemic Patterns in Bullying and Victimization (Eric Document Reproduction Service No) EJ 738912.

Juvonen, J; Graham, S; and Shuster, M. (2003). Bullying Among Young Adolescent: The Strong, The Weak, and The Troubled. Pediatrics, 112,(6) , 1231 - 1238. Retrieved October 5, 2006, from EBSCO host Master File data base.

Kepenekci, Karaman & Sinkir, C. (2006). Bullying Among Turkish High School Student. *Child Abuse and Neglect*, 30 (2), p.193 - 204. from EBSCO Host Master File Data Base.

Kilpatrick, M & Kerres, M. (2003). Perception of the Frequency and Important of Social Support by Student Classified as A Victims, Bullies, Bully/ Victim in an Urban Middle School. *School Psychology,* 32, (3), 472 - 489. Retrieved October 5, 2006, From EBSCO Host Master File Data Base.

Kraizer, Sherry. (2005). The Safe Child Program. Retrieved October, 5, 2006 from. http//: www.Safechild.org.bullies.htm.

Kristensen, s & Smith, P. (2003). The Use of Coping Strategies by Danish children classed as a Bullies, Victims, Bully Victims, and Not Involved in Response to Different (Hypothetical) Types of Bullying. Scandinavian Journal of Psychology,44. 479 - 488.

Levinson, M.(2006). Anger Management and Violence Prevention: A Holistic Solution Retrieved October 5, 2006, from EBSCO host Master Files data base.

Liang, H; Fisher, A & Lombard, C. (2007) Bullying, Violence, and Risk Behavior in South Africa School Student. (Eric Document Reproduction Service. No. Ej 755895).

Limber, Susan. (1998). The Bullying Prevention project. Retrieved October 5, 2006 from http//: www.Colorado.edu/cspv.safe.Shcools/bullying.html.

Long, ph. w. (1997). Unsocialized Coduct Disorder. Retrieved Decemper, 7, 2007, from:http/www.adders.org disorder/info20.htm.

Lorin,Raymond. (2004).Evolution of Community - School Bully Prevention Programs:Enabling Participatory Action Research.13,(2) P.73 - 83 from EBSCO host Master Files data base.

Louise. A; Elizabeth, W ; Kali, T ; Rhianon, N ; Avshalom, C and Terrie, E.(2006). Bullying Victimization Uniquely Contributes to Adjustment Problem in Young Children: A Nationality Representative Cohort Study. *Pediatrics*,118,(1),I30 - 138. Retrieved from EBSCO host Master File data base.

Lura, C & Edward, L. (2004). Assessment of Bullying: A Review of Methods and Instrument. Journal of Conseling and Development,82, (4).496.

Mc Carthy, (2003). Youth Violence Prevention Project. Retrieved from http//:www.aggressionreplacementTrianing.Org.

Milouvancevic, P; Radojkovic, I & Deusic, P. (2007). Bullying in Serbia Elementary Schools Facts and Future Ideas. Europen Psychiatry. Retrieved March 20, 2007 From: http//:www.j.eurpsy. 1100

Olweus, D. (1991) The Olweus Bullying Program. Retrieved October 5, 2006, From u.S. Departement of Health and Human Resources web sites. www.samash.gov

Olweus, D. (1993). Bullying at School: What We Know and What We Can Do? Cambridge, MA: Black Well Publishers.

Olweus, D. (2005). A Useful Evaluation Design, and Effects of the Olweus Bullying Prevention Program. Psychology, Crime and Law , 11 , 4 (389 - 402). Retrieved November, 12, 2006 From EBSCOhost MasterFile data base.

Pateraki, L. (2001). Bullying Among Primary School Children in Athens Creece. Educational Psychology, 21, 167 - 175

Pendly, S. (2004). Bullying and Your Child. retrieved October 18, 2006 from http://www.kidshealth.org.

Rigby, K. (2002). New Prespectives on Bullying. (London: Jessica: Kingsley Publishers).

Rigby, K. (N.D). Do Interventions to Reduce Bullying in a School Realy Work. Retrived October 5, 2006 from Dr. Rigby’s Bullying pages web site: http//:www.education. unisa.ed. au. Bullying intervention. Htm.

Roberts, W. (2005). Bullying From Both Sides: Strategic

Intervention for Working With Bullies & Victims. Crowin Press.

Roxanne, C. (2001). Therapeutic Use of Story in Therapy With Children. *Guidance and Counseling*, 16 , 3, 92 - 100.

Sarah,W & White,E (2005).The association Between Bullying behavior Arousal levels and behavior problem. Journal of adolescence, 28, 3. , 381 - 395. Retrieved October 5, 2006, from EBSCOhost MasterFile data base. .

Sarzen, J. (2002). Bullies and their Victims: Identification and Intervention. UN Published Master Thesis, (University of Wisconsin - State).

Schowe, Sheral. (1998). Transition Intervention Program. Retrived October 5, 2006. From http//: www.ed.gov.bullying.html.

Sciarra, D.(2004).School Counseling Foundation and Contemporary Issues.(London: Thomson Brooks/Cole).

Shore, K. (2005). Bullying Prevention Program: The ABC of Bullying Prevention. Retrieved October 5, 2006. from http//:www.education world. Comla - Curr/shore/076.

Solberg, M; Olweus, D. (2003). Prevalence Estimation of School Bullying with the Olweus Bully/Victim (9) Questionnaire. *Aggressive Behavior*, 29, 239 - 268. Retrieved October 5, 2006, from EBSCO host Master file data base.

Sonja, and Francoise, A. (2006). Social Behavior and Peer Relationship of Victims and Bully/ Victim, and Bullies in Kinergarten. *Jouranal of Child Psychology & Psychiatry*, 47,.45 - 57. Retrieved October 5, 2006, from: EBSCO, Kali, T; Rhiannon, N.

Stevens, V; oots, P and Bourdeauhij, (2002). The Effects of An Anti - Bullying Intervention on Peer Attitudes and Behaviour.

Journal of Adolescence., 23, ,.21 - 34. Retrieved October 5, 2006 From http//: www.sciencedierct.com

Stewin, L & Mah, D (2001). Bullying in School: Nature, Effects and Remedies. *Research Paper in Education* ..16(3). 247 - 270.

Toblin, R; Schwartz, A; Gorman, H & Abou Ezzeddine, A. (2005). Social Cognative and Behavioral Attributes of Aggressive Victims of Bullying. *Journal of Applied Developmental Psychology*,26 3. 329 - 346.

White Lock, K. (1997). Study Finds Characteristics that Identify Bullies and Victim. Reterived October 5, 2006, from http//: www.eurekalert.Org./pub.php.

Wolke, D ; Sarah, W ; Stanford, K & Schulzs (2002). Bullying and Victimization of Primary School Children in England and German: Prevalence and School Factors. *British Journal of Psychology*, 92,673 - 696, Retrieved October 5, 2006, from EBSCO host Master File data base.

Wright, J. (2004). Preventing Classroom Bullying: What Teacher Can Do? Retrieved October 20, from http://www.interventioncentral.org

Wright, J. &Fitzpatrick.k (2006).Sociacapital and Adolescent Violent Behavior:Social Forces. 84(3),410 - 421.

الملاحـــــــــق

الملحـــق رقم (١)

الأداة في صورتها النهائية

عزيزي الطالب/ الطالبة..........................

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

يختلـف النـاس في الإجابة عن فقرات الاسـتبانات بشـكل عـام، ولذا فـإن بـين يديك مجموعة مـن الفقرات يرجـى قراءتها بدقة ووضع إشـارة √ أمـام الفقـرة وتحـت المربع الذي ينطبـق عليك تمامـاً، علماً أن هـذه الفقرات تحدث بينك وبين طالب أصغر منك أو أضعف منك، خلال الشهور الثلاثة الماضيـة، علـماً أنه ليس بينكما توازن في القوة، والاسـتبانة ليسـت امتحاناً أو اختباراً، ولا يتوقف عليها أي قرار نحوك ، ولذا فإن إجابتك ستكون سرّية، ولن يطلع عليها أحد، وهي لأغراض البحث العلمي فقط.

شاكراً تعاونكم واقبلوا الاحترام

الباحث

الباحثان

كما في المثال التالي:

الفقـــرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
١ـ أسخر من بعض الطلبة.		√			

ضع (√) تحت مربع (غالباً) إذا كانت تمثل رأيك تماماً.

الاسم :...

الصف:	السابع	الثامن	التاسع	العاشر
الجنس:	ذكر	أنثى		

عزيـزي: الطالب/ الطالبة: هذه السـلوكيات موجهـة إلى فرد أقل منك قدرةً جسميةً أو عقلية وغير مساوٍ لك في القوة.(أضعف منك).

الرقم	الفقـــــــرات	درجة التكرار				
		دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
١	أقوم بضرب الطلبة باليد أو القدم.					
٢	أشتم الطلبة بألفاظ بذيئة.					
٣	أقاطع الطلبة أثناء حديثهم.					
٤	لا أتحكم في أعصابي عند الغضب.					
٥	أقوم بقرص الطلبة وأسبب لهم الألم.					
٦	بعـض الأشـخاص يسـتحقون مـا أقـوم بعمله معهم.					
٧	أصرخ على الطلبة بصوت عال لإفزاعهم.					
٨	أنكر وجـود بعض الأشـياء التـي أحصل عليها من الطلبة.					
٩	أهدد الطلبة وأتوعدهم بالإيذاء.					
١٠	أنشر الشائعات عن الطلبة.					
١١	أضـع تعليمات قاسـية تحول دون مشـاركة الطلبة في النشاطات.					

الرقم	الفقـــــــرات	درجة التكرار				
		دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
١٢	أشد الطلبة من آذانهم أو شعورهم.					
١٣	أشعر بالغيرة من نجاح الآخرين.					
١٤	أقوم بتخريب وإتلاف ممتلكات الطلبة.					
١٥	أسخر من الطلبة واستهزئ بهم.					
١٦	أقوم بإصدار ألقاب جنسية بذيئة عليهم.					
١٧	أطـرد بعـض الأشـخاص بالقـوة مـن المجموعة التي أكون فيها.					
١٨	أسرق بعض الأشياء من الطلبة.					
١٩	اشوه صورتهم وسمعتهم.					
٢٠	المس الآخرين بطريقة غير اخلاقية.					
٢١	لا أصغي للطلبة أثناء حديثهم معي.					
٢٢	أدفـع الطالـب الـذي يجلـس في المقعـد بجانبي.					
٢٣	أتعمد إذلال الطلبة.					
٢٤	أقوم بإعطاء بعض الطلبة ألقاباً مخزية لهم.					
٢٥	أقوم بأخذ ممتلكات الطلبة بالقوة.					
٢٦	أعرقـل الطلبة بقدمـي أثنـاء مرورهم من أمامي.					
٢٧	اتخذ قرارات نيابة عن الطلبة الضعفاء.					
٢٨	لا أعيد الأشياء التي أستعيرها من الطلبة.					
٢٩	يدفعني الطلبة للسيطرة عليهم.					

الرقم	الفقـــــــرات	درجة التكرار				
		دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
٣٠	افتعل أسبابا للتشاجر مع الطلبة الضعفاء.					
٣١	ألوم الطلبة على مشكلات لم يقترفوها.					
٣٢	يجب أن أفوز في كل الأنشطة المدرسية.					
٣٣	أجبر الطلبة على عمل أشياء لا يطيقونها.					
٣٤	ألقي على مسامع الطلبة قصصاً جنسية.					
٣٥	استخدام أدوات حادة للسيطرة على الطلبة.					
٣٦	يجب على كل طالب أن يخافني ويرهبني.					
٣٧	أجبر الطلبة على الحديث معي في أمور جنسية رغماً عنهم.					
٣٨	أقوم بإلقاء الطلبة أرضاً.					
٣٩	لا أجعل الطلبة يشعرون بالارتياح.					
٤٠	اتهم الطلبة بأعمال لم يقوموا بها.					
٤١	أفسر كلام الطلبة بتفسيرات جنسية.					
٤٢	أشعر بقوة شخصيتي من خلال السيطرة على الطلبة.					
٤٣	أشعل الفتن بين الطلبة عن طريق تشجيعهم على المشاجرات.					
٤٤	أتحرش جنسياً بالطلبة .					
٤٥	أحتاج لبعض الأشياء التي يمتلكها الطلبة أكثر منهم.					

الملحق رقم (٣)

نتائج الاستقواء

للاستقواء نتائج خطيرة على جميع الأطراف المشاركة فيه، فالطلبة الضحايا يعانون من الخوف والوحدة، ويحاولون تجنب بعض المواقف، ينظرون لأنفسهم على أنهم أقل من غيرهم، يعانون من تدني التحصيل وهم أكثر إصابة بالاكتئاب، والأفكار الانتحارية، والانتحار في النهاية، كما يعانون من الانطواء، وضعف المهارات الشخصية والاجتماعية، ويعانون من أمراض نفسية وجسمية.

وأما الطلبة المتفرجون والذين يشاهدون الاستقواء فهم يخافون من التعبير عن أنفسهم ويخافون من معارضة هذا السلوك الذي يشاهدونه، يطورون خوفاً كذلك من ملاقاة المصير نفسه الذي يلاقيه الضحايا الذين يعانون من الضيق، والتوتر، والصداع وأمراض أخرى.

وأما الطلبة المستقوون فهم يفتقرون إلى المهارات الاجتماعية والتواصل مع الآخرين، يشعرون بالغيرة من نجاح الآخرين، يحبون الفوز في كل شيء، سريعو الغضب والانفعال، متهورون، لا يرحمون ولا يشفقون على الآخرين، لا يتحملون المسؤولية، يتصرفون بعدوانية، وكذلك لديهم مشكلات نفسية مثل القلق والاكتئاب، والوحدة النفسية، وهناك نسبة كبيرة منهم سيكون لها سجل إجرامي في المستقبل وكذلك في انتهاكات القانون. من هنا نرى أن الأطراف المشاركة جميعاً في الاستقواء يعانون من مشكلات نفسية واجتماعية في الحاضر والمستقبل، وأن الاستقواء سلوك خطر يؤثر على الجميع في المدرسة والبيت، والبيئة المحيطة، ولذا لا بد من العمل معاً على وقف الاستقواء.

الملحق رقم ٤

هل أنت مستقوٍ؟

عزيـزي الطالـب هذه مجموعة من الأسـئلة اقرأ كل سـؤال وضع دائرة حول «نعم» أو«لا» ثم اعط الورقة للمرشد

١ ـ هل تزعج الأشخاص الأصغر سناً منك ؟	نعم	لا
٢ ـ هل تحب أن تضايق وتوبخ الآخرين ؟	نعم	لا
٣ ـ اذا كنت تضايق الآخرين،فهل تحب أن تراهم منزعجين؟	نعم	لا
٤ ـ هل تعتقد أن الأمر مضحك عندما يرتكب الآخرون أخطاء ؟	نعم	لا
٥ ـ هل تحب أن تأخذ أو تحطم ممتلكات الآخرين ؟	نعم	لا
٦ ـ هـل تريـد مـن الطلاب الآخريـن أن يعتقـدوا أنك الطالـب الأقوى في المدرسة ؟	نعم	لا
٧ ـ هل تغضب كثيراً وتبقى غاضباًلفترة طويلة من الزمن ؟	نعم	لا
٨ ـ هل تلوم الأشخاص الآخرين على الأشياء التي تسير بشكل خاطيء؟	نعم	لا
٩ ـ هل تحب أن تنتقم من الأشخاص الذين يؤذونك ؟	نعم	لا
١٠ ـ عندما تمارس لعبة ما، هل تحب أن تكون الفائز دائماً؟	نعم	لا
١١ ـ اذا خسرت في شيء ما، هل تقلق بشأن ماسيعتقده الآخرون عنك؟	نعم	لا
١٢ ـ هل تغضب أو تشعر بالغيرة عندما ينجح شخص آخر؟	نعم	لا

إجابه سؤال واحد أو سؤالين بنعم تعني أنك في طريقك الى الاستقواء، واذا أجبت عن ثلاثة أوأكثر فأنت ربما تكون مسـتقوياً، ولذا فأنت تحتاج الى أن تجد طرقاً لتغييرسلوكك وأن هناك أخباراً سارة وهي أنّ المستقوين يمكن أن يحصلوا على المساعدة ويعدلوا من سلوكهم.(بين، ٢٠٠٥).

الملحق رقم (٥)

هل الاستقواء سلوك مسموح به دينياً؟

جميع الأديان حرمت الاستقواء على الآخرين بل حتى أنها طلبت من الناس مساعدة بعضهم البعض وحثت على التعاون، وأما الناس الضعفاء والمساكين فطلبت كل الأديان مساعدتهم والتعاطف معهم، وتقديم يد العون والمساعدة لهم، بوصف ذلك واجباً من قبل الطرف القوي تجاه الطرف الضعيف، ولذا لابد من مساعدتهم، وحرم الإسلام كافة أشكال الاستقواء على الآخرين اللفظية، والجسمية وغيرها.

قال تعالى: (ولا تنابزوا بالألقاب) فاللقب الذي يؤذي الفرد هو محرم ولا يجوز مناداة هذا الفرد به.

كذلك حرم الإسلام الغيبة، ونشر الإشاعات، والكذب على الآخرين، وعدّ ذلك كأنّ الإنسان يأكل لحم الإنسان ميتاً وهي صورة بشعة جداً لا يقبلها أيّ منا.

كذلك حرم الإسلام أخذ مال الآخرين وممتلكاتهم وسرقتها نهائياً، وعدّ ذلك سلوكاً غير سليم لا يجوز القيام به، كما أشار إلى أن اللواط والأفعال الجنسية الأخرى حرام ومن الكبائر ولا يجوز القيام بها نهائياً.

بالمقابل أمر الدين بالإحسان إلى الضعفاء واحترامهم، ومعاملتهم معاملة طيبة، وحتى أمر بالابتسامة من الناس ورد السلام، والمعاملة الطيبة، قال رسول الله ﷺ: «تبسّمك في وجه أخيك صدقة».

الملحق رقم (٦)

السلوك الاستقوائي والديمقراطية

التصرف	نوعه		مبرر الإجابة
	ديمقراطي	غير ديمقراطي	
أخذ ممتلكات الآخرين بالقوة.			
اتهام الآخرين وتشويه سمعتهم.			
إعطاء الآخرين حرية العمل.			
فرض لباس موحد على الأفراد.			
مقاطعة الآخرين أثناء حديثهم.			
الابتعاد عن مكان يجلس فيه طفل غريب، أو فقير.			
الاستئذان من الآخرين قبل الدخول.			
وضع قواعد عمل تحول دون مشاركة الآخرين في النشاطات.			
إجبار الآخرين على عمل شيء لا يحبونه.			

فيما يلي مجموعة من التصرفات، اقرأ كل تصرف بعناية ثم احكم عليه هل هو سلوك ديمقراطي أم لا. أعط مبرراً لإجابتك.

- صف شعورك من تصرف غير ديمقراطي يقوم به شخص نحوك؟
- صف شعورك نحو تصرف ديمقراطي قام به شخص نحوك؟
- «استخلص أن سلوك الاستقواء غير ديمقراطي».

الملحق رقم (٧)

الحقوق والمسؤوليات

للفرد مجموعة من الحقوق التي ينبغي أن يتمتع بها، كما أن عليه مجموعة من المسؤوليات تجاه هذه الحقوق.

أكمل العمود التالي:	مسؤوليتي أن
١٠ من حقي أن أعامل بلطف	١. أعامل الآخرين بلطف
٢٠ من حقي أن يسمعني الناس	٢. أن أصغي للآخرين عندما يتحدثون
١٠	
٢٠	
٣٠	
٤٠	
٥٠	
٦٠	
٧٠	
٨٠	

الملحق رقم (٨)

ميثاق المجموعة عن وقف الاستقواء

نحن طلبة المجموعة سوف نتعهد بأن:

- لا نستقوي على الآخرين.
- سنساعد الطلاب الذين يتعرضون للاستقواء.
- سوف نشرك الطلاب الذين يقّصون ويبّعدون.
- سـوف نبلغ عن أي حادث نعلم به أو نشـهد عليه أو أي نقطة يتم الاتفاق عليها.

وعلى ذلك نوقع (توقيع كافة الطلاب في المجموعة)

الرقم المتسلسل	الاسم	التوقيع
١.		
٢.		
٣.		
٤.		
٥.		
٦.		
٧.		
٨.		
٩.		

الملحق رقم (٩)

*** لوحة النجوم اليومية ***

السبت الأحد الأثنين الثلاثاء الأربعاء الخميس الجمعة

الساعة ٩ ❋

الساعة ١٠

الساعة ١١

الساعة ١٢

الساعة ١

الساعة ٢

الساعة ٣ ❋

الساعة ٤

الساعة ٥

يضع الطالب نجمة ❋ أمام الساعة التي لايكون فيها استقواء
وهكذا يجمع النجوم في كل يوم ليرى عدد مرات الاستقواء التي قام بها

_ Rational Emotional Behavioral Theory.

Fourth chapter presents some highlight studies on bullying. Fifth and final chapter incorporates a curative presentation. Included in the spectrum are treatment, counseling programs, and suggestive guidelines on resolving the persistent dilemma of bullying behavior.

The present book, in its conclusive passages, affirm that bullying behavior is indeed a dangerous behavior. It is inextricably linked with future crimes.

ABSTRACT

Bullying behavior is an old phenomenon. It begins in the early phase of childhood. Some researchers think that it begins at the age of two (2) years. At this point, the child begins to form an initial image of bullying. It gradually develops and reaches to the peak in the primary stage — fourth, fifth, sixth class. It then continues in the upper primary stage. Subsequently, it begins to decline in secondary school. At the university, it is rarely discernable.

Bullying behavior is an outgrowth of the learning process. It is also a risky behavior. It can affect all parties involved in the act. Researchers estimate that almost 3.7 million children in the United States are exposed to bullying in various school stages —elementary, primary, and secondary.

The present book provides an exposition on the subject. It consists of five (5) chapters. In the first chapter, it contains an introduction. The latter discusses bullying behavior, its concept and multiple forms.

Second chapter incorporates discussion on participants in bullying, bullies, and victims. Third chapter focuses on causes of bullying children and adolescents. The contents are illuminated from various standpoints. The following stand prominent:

_ Behavioral Theory;
_ Physiological Theory;
_ Social Learning Theory;
_ Frustration and Aggression Theory;
_ Biological Theory;
_ Humanity Theory; and

جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية
Naif Arab University For Security Sciences

Bullying Behaviour Among Children and Adolescents
Concept - Causes - Treatment

By:
Dr. Ali Mousa Aalsubhien
and
Dr. Mohammad Farhan Al-Qudah

1434 - 2013